

kevin leman

é seu filho, não um *hamster*

Reduza o
estresse na
educação das
crianças





KEVIN LEMAN

É SEU FILHO, NÃO UM
HAMSTER

Reduza o estresse na educação das
crianças

Traduzido por LIZANDRA DE ALMEIDA



Copyright © 2011 por Kevin Leman

Publicado originalmente por Focus on the Family, Colorado Springs, Colorado, EUA

Todos os direitos reservados e protegidos pela Lei 9.610, de 19/02/1998.

É expressamente proibida a reprodução total ou parcial deste livro, por quaisquer meios (eletrônicos, mecânicos, fotográficos, gravação e outros), sem prévia autorização, por escrito, da editora.

Diagramação: Maggrafics Revisão: Josemar de Souza Pinto

Produção para ebook: Fábrica de Pixel Capa e ilustrações:

Leonardo Conceição Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Leman, Kevin

É seu filho, não um *hamster* [livro eletrônico]: reduza o estresse na educação das crianças / Kevin Leman ; traduzido por Lizandra Almeida. -- São Paulo : Mundo Cristão, 2013.

2,0 Mb; ePub.

Título original: It's your kid not a gerbil: creating a happier and less-stressed home Bibliografia

ISBN: 978-85-7352-835-6

1. Crianças - Criação - Aspectos religiosos - Cristianismo 2. Gestão do tempo - Aspectos religiosos - Cristianismo 3. Pais - Aspectos religiosos - Cristianismo 4. Simplicidade - Aspectos religiosos - Cristianismo I. Título.

12-12500 CDD — 248.845

Índice para catálogo sistemático: Crianças : Educação cristã : Papel dos pais : Cristianismo 248.845

Categoria: Autoajuda Publicado no Brasil com todos os direitos reservados por: Editora Mundo Cristão

Rua Antônio Carlos Tacconi, 79, São Paulo, SP, Brasil, CEP 04810-020

Telefone: (11) 2127-4147

www.mundocristao.com.br

1ª edição eletrônica: janeiro de 2013

Carinhosamente dedicado a minha esposa, Sande,
que criou cinco filhos do zero, fez de nossa casa um
lar e sempre foi especialista no que é realmente
importante.

Sumário

Capa

Folha de rosto

Créditos

Dedicatória

Introdução. É hora de sair da rodinha!

Capítulo 1. É seu filho, não um hamster!

Capítulo 2. As luzes estão acesas, mas não tem ninguém em casa

Capítulo 3. Estar ocupado é bom, certo? (e outros mitos)

Capítulo 4. Meu filho pode fazer qualquer coisa (e outros mitos)

Capítulo 5. O que você tem na carteira?

Capítulo 6. Não é o que você faz, e sim quem você é

Capítulo 7. Não há lugar como nosso lar

Capítulo 8. O poder das expectativas positivas

Capítulo 9. O ato de equilibrar

Capítulo 10. Você consegue!

Capítulo 11. É melhor serem dois do que um, meu bem!

Capítulo 12. Viva o tempo ocioso

Epílogo

Bibliografia

Compartilhe

É hora de sair da rodinha!

Você já viu um *hamster* correndo na rodinha dentro de uma gaiola? Eles com certeza são criaturinhas ativas, não é mesmo? E também parecem tão esforçados, movendo-se constantemente, correndo com gosto e dando voltas e mais voltas dentro daquele círculo prateado.

Mas você já parou para pensar como essas criaturinhas devem ficar cansadas e entediadas às vezes, fazendo a mesma coisa o tempo todo, dia após dia?

Sejamos honestos. Não é assim que você se sente às vezes, correndo de um lado para o outro, levando seus filhos de uma atividade interminável para outra?

E se, por um instante, você pudesse apenas sair

da rodinha... e relaxar? Como você se sentiria?

E se esse simples momento pudesse se expandir para uma hora ou, quem sabe, um dia inteiro?

Havia uma propaganda bem conhecida que mostrava uma mulher relaxando em uma banheira perfumada, que dizia: “Calgon,[\[1\]](#) leve-me embora!”. Se você está sentindo que um tratamento Calgon poderia ser útil, não é hora de se permitir sair da rodinha de atividades? E deixar seus filhos saírem também?

Todo mundo acha que atividades extras são boas para as crianças. Que ajudam a desenvolver contatos sociais, permitem que elas tenham novas experiências e até dão aos seus filhos uma vantagem sobre outras crianças, de modo que eles sejam mais bem-sucedidos e até entrem na faculdade certa... E por aí vão os argumentos.

Mas você já pensou sobre o que essas atividades realmente significam para os horários da família e os momentos que vocês passam juntos?

Se você quer fazer a diferença na vida de seu

filho, então precisa *estar* na vida dele. Nenhum técnico de vôlei ou professora de piano pode substituí-lo. E o tempo que você passa dirigindo seu carrão do ponto A ao ponto B não conta.

Vou lhe contar um segredo: se seus filhos pudessem escolher uma pessoa com quem passar o tempo, *eles escolheriam você*.

Você, mãe ou pai. Você é a pessoa mais significativa na vida de seu filho e é quem proporciona o ambiente amoroso, a segurança e o senso de pertencimento de que toda criança necessita para amadurecer e se tornar um adulto saudável e equilibrado.

Porém, se você está sempre correndo, então o coração e o tempo de seu filho estão sendo entregues a alguém que não o conhece — ou não se importa com ele — tanto quanto você.

Muitos pais atualmente reduzem seu impacto sobre os filhos porque cedem à teoria de que “mãos ocupadas são mãos felizes”. Apesar disso:

Uma pesquisa de agosto de 2003 para o Center for a New American Dream, uma organização com sede em Takoma Park, Maryland, especializada em questões de qualidade de vida, revelou que, apesar de 60% dos norte-americanos se sentirem pressionados a trabalhar demais, mais de 80% desejariam passar mais tempo com a família [...] e 52% deles aceitariam ganhar menos para isso.[\[2\]](#)

Se você está entre os 80% que desejam ter mais tempo com a família (aposto que essa porcentagem é ainda maior), está lendo o livro certo. *É seu filho, não um hamster* lhe oferecerá soluções práticas e percepções úteis para que você saia da rodinha de atividades, a fim de poder concentrar seu tempo e energia no que realmente importa: o desenvolvimento de um caráter forte em seus filhos, além do amor pelo lar e pela família, algo que lhes será útil pela vida toda.

Daqui a alguns anos, quando sua filha sair da faculdade ou seu filho se mudar para o primeiro apartamento dele, e você disser adeus com olhos

marejados, quem você quer que eles se tornem? Esse sonho começa antecipando o futuro e cultivando o relacionamento com seus filhos cuidadosamente. *É seu filho, não um hamster* vai ajudá-lo a assentar uma base firme para um relacionamento para toda a vida com seus filhos — crianças que são educadas em casa por pais envolvidos, que têm tempo ocioso, que são capazes de dizer não à pressão dos colegas, porque sabem que pertencem a sua família; filhos que foram criados para ter caráter, não só conquistas, e que valorizam a fé e os padrões dos pais.

Este livro tem tudo a ver com esse tipo de relacionamento. Tem a ver com adotar o que é mais importante e estabelecer prioridades para manter seu lar e sua família no topo delas.

Isso não só é viável, como você vai respirar aliviado durante o processo. Vai ter mais risadas em família e menos estresse, e construirá lembranças e relacionamentos dos quais seus filhos jamais vão esquecer — mesmo quando tiverem o próprio lar e

família.

Você jamais terá de se equiparar aos vizinhos outra vez. (Quem deu a eles o direito de ditar regras para todos nós, afinal? Pode me dizer?)

Por que não viver da forma que você realmente quer viver?

Hoje é um ótimo dia para começar.

É seu filho, não um *hamster*!

Você está aumentando, sem perceber, a demanda sobre seus filhos — e sobre si mesmo?

Lembra-se daquele pequeno *hamster* do qual acabamos de falar? A criatura que corre na rodinha da gaiola? Quero que você o observe com muita, muita atenção. Ele está correndo, e correndo, e correndo, e... Correndo. Seu coração bate a 100 por minuto. Ele está trabalhando sem descanso, tentando ir o mais longe e o mais rápido possível.

Mas adivinhe... Esse *hamster* não está indo a lugar nenhum! Ele pode correr em velocidade máxima e pelo tempo que quiser, mas ainda assim estará preso à mesma roda, dia após dia, mês após mês, e talvez até por anos a fio, sem um fim à vista.

Esse é o estado da maioria das crianças nos

Estados Unidos de hoje.

Recentemente, estava na sala de espera do dentista e presenciei uma cena que está se tornando cada vez mais comum.

Um filho adolescente e sua mãe entraram na sala de espera, cada um com seu celular. A mãe estava organizando alguma coisa, pelo que pude entender, com um colega de trabalho, pedindo que ele cuidasse dos detalhes de um projeto enquanto ela levava o filho ao dentista. O jovem estava mudo... E ocupado, digitando. Ele olhou duas vezes para a mãe, como se tentasse chamar a atenção dela, mas ela ainda estava falando.

Então observei, de meu lugar na primeira fila, perto do filho, enquanto ele mandava uma mensagem para a mãe: “Quanto tempo isso vai demorar?”. Quando ela terminou de falar, olhou para o telefone e, em vez de responder para o filho, digitou de volta: “45 minutos”.

Os dois estavam em lados opostos da mesma sala!

A maioria dos jovens de hoje consegue digitar mais rápido do que um pica-pau hiperativo. Será, porém, que eles realmente possuem habilidades de relacionamento que lhes trarão satisfação e realização na vida?

David Elkind, autor de livros pioneiros como *The Hurried Child* [A criança acelerada] e *All Grown Up and No Place to Go* [Todos adultos e sem lugar para ir], diz:

A pressão para crescer rapidamente, para alcançar realizações cedo, é muito grande na classe média norte-americana. Não há espaço hoje para o “florescer tardio”. As crianças têm de atingir o sucesso logo, ou são consideradas perdedoras.[\[1\]](#)

E os pais de hoje são levados a transformar seus filhos em “vencedores”. De onde veio essa compulsão?

FAÇA UMA PEQUENA VIAGEM À ALAMEDA DA MEMÓRIA...

Muito mais coisas mudaram durante os últimos cinquenta anos do que você imagina, e isso tem tudo a ver com a sua maneira de criar seus filhos.

Pense nos anos 1950, por exemplo — uma década de grande otimismo. Os anúncios da época que retratavam o futuro mostravam homens e mulheres deitados em terraços de casas antigravidade, sorrindo enquanto subiam em ônibus espaciais. Naquele tempo, as pessoas acreditavam que a tecnologia tornaria a vida uma moleza, liberando mais tempo para o lazer em companhia uns dos outros.

Mas foi isso que aconteceu? Parece que, em vez de usar a tecnologia para nossa vantagem, permitimos que ela tire vantagem de nós. Mesmo com todas essas invenções de hoje em dia, feitas para economizar tempo, nosso ritmo de vida se acelerou. Examine os artigos de revistas sobre extrair o máximo de cada segundo, incluindo como perder peso mais rápido, como descobrir a comida pronta

mais saudável e como fazer amigos com mais rapidez. Todos eles apontam para o nosso mundo “instantâneo”.

Tempo, que valia menos que dinheiro, hoje vale *mais*. Se antes as pessoas costumavam sacrificar tempo para economizar dinheiro, agora sacrificam dinheiro para economizar tempo. Pagamos um dinheirão pelo correio expresso, pelo serviço de entregas de compras do supermercado e pela impressão de fotos em uma hora.

E quem você acha que está assistindo a isso? Nossos filhos! O que eles veem o pai e a mãe fazerem, também farão. (Mesmo se disserem, durante os anos da adolescência, que não querem ser nem um pouco parecidos com você, adivinhe só, a maçã não cai longe da árvore!)

Os filhos sempre seguirão seu exemplo. Se você está constantemente agitado, com uma lista de afazeres cujo peso mataria um elefante, seus filhos vão perceber isso. É interessante: um estudo descobriu que o tempo gasto na lição de casa mais

do que dobrou para crianças de 6 a 8 anos entre 1981 e 1997.[\[2\]](#) Em lojas de brinquedos *on-line*, é possível até comprar agendas eletrônicas para crianças programarem o horário da lição entre o treino de futebol e a reunião dos escoteiros. Para mim, a ideia de que uma criança no ensino fundamental possa precisar disso é simplesmente assustadora.

As crianças hoje em dia ficam estressadas o tempo todo, envolvidas por coisas materiais e experiências que acontecem com uma rapidez tão grande que é impossível para elas acompanhar. Consequentemente, há uma preocupação crescente de professores, líderes de jovens e outros profissionais que trabalham com crianças, porque cada vez mais jovens sofrem de estresse profundo no final da adolescência. Claire, de 10 anos, disse a sua orientadora na escola:

O que faço nunca é suficiente para deixar meus pais felizes.

Eles sempre querem mais. Mamãe quer que eu tenha mais amigos. Meu pai quer que eu me saia melhor na escola. Tudo o que eu quero é ficar sentada sozinha em meu quarto e sonhar às vezes [...] sem ter de ir a lugar nenhum.

Claire, diga-se de passagem, é uma aluna que quase só tira notas A, toca flauta, joga no time de futebol da escola, participa do 4-H,[\[3\]](#) durante duas horas, depois da aula, cuida de seu irmão que está no jardim de infância, até que seus pais cheguem em casa, e, às vezes, até prepara o jantar para a família.

SUPERCRIANÇA OU SUPERESTRESSADO?

Na primeira vez em que olhou nos olhos de seu filho, o que você viu?

Se for como a maioria dos pais, você viu potencial... E a realização de seus sonhos. Pensou consigo mesmo: “Esta criança será a melhor de todas. Oh, as coisas que ela vai realizar!”.

Desse momento em diante, é fácil cair na armadilha de aumentar a demanda sobre o filho e

sobre si mesmo. A tendência, *especialmente* para pais de primeira viagem, é tentar criar um superbebê ou uma supercriança. Então você matricula sua filha no balé, em grupos de teatro, ginástica e muitas outras atividades — tudo em nome da boa atividade física e da “socialização”. Mas é meio como reservar a igreja para o casamento da menina antes que ela tenha idade suficiente para namorar. Você está colocando o carro na frente dos bois!

Tudo tem seu tempo. A coisa mais importante a fazer por seu filho ou filha é permitir que tenha tempo de criar laços com você. Isso não acontece em um dia ou um mês, nem mesmo em um ano. É um processo lento e contínuo, baseado no amor, no compromisso e no tempo. Quanto mais você fortalece os laços com seu filho — fazendo coisas divertidas, brincando juntos no parque, dando a mão para ele —, mais cria laços para a vida toda.

O tempo da primeira infância é precioso — as crianças são tão imaginativas, e tudo passa muito rápido. Elas simplesmente são loucas por sua

atenção. Sabia, mãe, que você é capaz de caminhar sobre as águas aos olhos de seu filho de 2 ou 3 anos? E você sabia, pai, que é o “papai maior e mais forte do mundo inteiro”, mesmo que não consiga levantar um peso de 40 quilos nem em seus sonhos mais loucos? Para seu filho, você é o centro do Universo.

Então não se apresse. Não aumente as demandas correndo de um lado para o outro para manter um cronograma ou forçando a socialização constante com outras crianças em múltiplas atividades. Logo, logo seu filho entrará na pré-escola ou no jardim de infância e fará outros amigos fora do círculo familiar. Em vez de brincar com seu filho, você o verá brincar com outra pessoa. Então, por que apressar o processo? Desfrute da viagem — com seu filho!

E você sabia que não é um pai horrível se não matricular seu filho na pré-escola? Ninguém da minha geração foi à pré-escola, e parece que nós (ou pelo menos a maioria de nós) estamos nos saindo

bem. Quem disse que você tem de fazer certas coisas? Não caia na armadilha de fazer o que é considerado “normal”. Por que você gostaria de ser “normal”, afinal? Se quer um filho normal, dê uma olhada a sua volta um dia desses, quando estiver passeando no *shopping*. Você vai encontrar um monte de crianças de 2 ou 3 anos tendo faniquitos diante do cavalinho do carrossel quando a mamãe não enfia a mão no bolso; pré-adolescentes sendo insolentes com a mãe em frente à loja de grife; e adolescentes revirando os olhos para os pais e andando vinte passos atrás para que não haja a menor chance de serem relacionados à própria família. *Isso* é normal. É isso mesmo que você quer?

Acho que não.

Muitas pessoas falam como se seus filhos fossem se tornar párias caso não sejam inscritos logo cedo em vários programas para desenvolver o corpo, a mente e as habilidades sociais. Ter um amigo em casa para brincar quando seu filho tem 3 anos ou

menos pode ser algo divertido, mas grupos de experiências e grupos de brincadeira são, em minha opinião, supervalorizados. O que é mais importante é o que acontece entre você e seu filho.

Se você resistir à tentação de matriculá-lo em tudo que aparecer pela frente, será melhor para ambos. Em outras palavras, não inscreva sua filha de 2 anos no sapateado porque ela não parece muito sociável, e isso o deixa preocupado. Acredite em mim, sua filha terá muito tempo para se socializar com outras crianças quando estiver na escola. (E você terá muito tempo para se socializar com outros pais durante todas as atividades escolares em sala de aula e em viagens de estudos.) A maneira como ela se relacionará com essas outras crianças tem tudo a ver com quanto está ligada a você — e com quanto se sente satisfeita consigo mesma em decorrência disso.

Além disso, apenas espere. Quando sua filha tiver 13 anos, será tão sociável que o deixará maluco. Toda vez que você pegar o telefone, terá de

aguentar duas garotas conversando — e dando risadinhas — sobre segredos de quem elas acham que gosta e quem disse alguma coisa *muito* estúpida na classe.

Quando chegam aos anos escolares, as crianças se socializam e desenvolvem relacionamentos naturalmente. Os colegas se tornam cada vez mais importantes na medida em que seu filho cresce. O nível de atividade de seu filho fora de casa vai aumentar a cada ano — assim como o seu! Afinal, quem o leva do ponto A ao ponto B?

Então por que apressar o ritmo aumentando a demanda sobre você e seu filho? Dê a si mesmo e a ele momentos tranquilos de ócio para respirar, rir, tirar um cochilo, simplesmente olhar pela janela, caminhar sobre folhas de outono. Há uma grande diferença entre correr na rodinha de atividades de vez em quando e ter de fazê-lo *o tempo todo*, sem nunca poder sair. A primeira opção pode ser estimulante; a segunda é exaustiva.

Se você sempre parece irritado e age de maneira

estressada porque tem atividades demais, se está sempre falando ao celular e correndo para dar conta de uma agenda lotada, e se vive atrasado, o que está ensinando a seu filho?

Esse tipo de vida é frenético e não tem graça. Você simplesmente tem de correr na rodinha, como aquele pobre *hamster*, e nunca será capaz de sair. É essa realmente a mensagem com a qual você quer que seu filho cresça?

“A MESMA COISA” É UMA COISA BOA?

Vou lhe propor um acordo. Pare em frente a uma escola de ensino fundamental de classe média por um tempo. Se você me der uma nota de 5 dólares para cada carro importado ou *minivan* que chegar, eu lhe dou uma nota de 20 dólares para cada outro tipo de carro. Quem você acha que vai sair ganhando? Aposto que serei eu, de longe. Sabe por quê? Porque nós, seres humanos, tendemos a agir como clones. Observamos o que os outros estão fazendo e então fazemos a mesma coisa. Faz parte

de nosso desejo humano de conexão, de aceitação. Mas às vezes “a mesma coisa” não é uma coisa boa.

Hoje em dia, a maioria das crianças é pressionada demais. Os pais querem que seus filhos sejam o número 1 em tudo o que fazem. Se um dos filhos é o segundo em qualquer coisa, os pais são capazes de matriculá-lo em um programa especial ou de providenciar acompanhamento pessoal ou aulas particulares, apenas para manter a ilusão de que a criança é realmente superior em tudo.

Uma de minhas filhas e seu marido são professores. Alguns dos alunos deles têm inteligência média e conseguem notas médias, mas isso não é suficiente para os pais. Eles criam todo tipo de agitação, tentando extrair algo daquele filho que ele simplesmente não tem. Mas cada criança é única — não apenas mais um *hamster* na ninhada. E essa criança deve ser tratada como única. Que bom que não somos todos iguais! Você pode imaginar como o mundo seria tedioso?

Se aceitar seu filho como é, admitir que ele não

vai ser excelente em tudo, você tira os dois da incessante rodinha de expectativas.

Só porque a filha do vizinho tira notas A em todas as matérias, isso significa que a sua deveria fazer o mesmo, especialmente se ela é uma estudante mediana?

E só porque o filho de seu melhor amigo pratica cinco atividades por semana depois da escola, isso significa que o seu também deveria praticar?

Muitas das tensões que as crianças enfrentam hoje incluem tentar corresponder às expectativas dos pais e acompanhar a correria de uma atividade para outra. Seu filho não precisa se equiparar ao filho do vizinho ou de qualquer outra pessoa. Ele precisa é de pais amorosos que possam ajudá-lo a descobrir sua singularidade e seu papel no mundo.

Então, pai ou mãe, não se subestime! Você pode fazer uma tremenda diferença na vida de seu filho. Oferecer palavras de encorajamento e amor, privilegiar atividades que vocês possam fazer juntos, como rir, ler, fazer as refeições, experimentar coisas

novas e discutir ideias, tudo isso é mais importante do que colocar seu filho numa rodinha de atividades e vê-lo rodar, e rodar, e rodar... Sem chegar a lugar nenhum.

Toda criança, muito embora seja uma criatura hedonista e autocentrada por natureza, quer fazer parte de uma família. *Da sua* família. E a casa é o lugar onde seu filho mais quer estar. Sim, mesmo quando ele não age como se quisesse.

Pense nisso da seguinte maneira: quando você está fora em uma viagem e chega exausto e com fome, qual a primeira coisa em que pensa?

“Hum... Acho que vou parar numa praça de alimentação, comprar um prato em oferta e ficar ali um pouco sem fazer nada.”

Provavelmente não. Com toda a certeza o que você pensa é: “Nossa, mal posso esperar para chegar em casa. Mesmo que lá só tenha cereal”.

Seu filho experimenta a mesma nostalgia. Então por que não deixá-lo ser uma criança — não um *hamster*? Permita que ele saia da rodinha

incessante... E que aconchegue-se no conforto do lar.

E, no fim das contas, *você* não prefere ficar em casa conversando com sua filha e tomando um chocolate quente com um bolinho recém-assado em vez de dirigir até o Starbucks ou o McDonald's a caminho de sua segunda atividade da noite? (Uma dica para quem tem problemas com o forno: Sadia e Perdigão podem ser um bom começo para uma noite tranquila!)

Você tem tudo a ganhar — e nada a perder — ao sair da rodinha de atividades.

Daqui a dez ou vinte anos, sua filha não vai comentar com ternura o fato de que atravessava a cidade para ir da reunião das bandeirantes ao futebol e à academia. Mas vai se lembrar com muita alegria das noites semanais de *pizza* com a família, das partidas de Detetive nas noites de sábado, das matinês de domingo e dos biscoitos quentinhos esfriando sobre a pia quando ela chegava da escola.

Boa pergunta!

Que tipo de lembranças você quer que seu filho tenha dos pais, dos anos de infância e de sua casa?

Como sair da rodinha de atividades

- Resista à tendência de tentar fazer tudo.
- Decida o que é melhor para sua família e dedique-se a isso.
- Escolha as atividades com cuidado. Mantenha a vida simples.
- Reserve um tempo de sua agenda simplesmente para ficar em casa... Todos juntos.

As luzes estão acesas, mas não
tem ninguém em casa

*Por que biscoitos caseiros e sua
presença significam muito mais
do que você pensa.*

Tricia, uma mulher de quase 40 anos, suas duas irmãs e um irmão estavam conversando, recentemente, sobre a mãe deles, que havia morrido uns dois anos antes.

“A casa nem sempre estava limpa”, eles admitiram, “e as refeições certamente não eram de qualidade *gourmet* na maioria das vezes, mas mamãe sempre estava lá, para o que desse e viesse. Ela sempre tinha tempo para nos ouvir falar sobre nossos problemas na escola, com amigos ou garotos; para fazer perguntas; e para nos fazer massagem nas

costas tarde da noite”.

Que coisa maravilhosa para seus filhos dizerem a seu respeito!

Ela, com certeza, não era uma cozinheira perfeita. Na verdade, as irmãs riam de seus assimétricos biscoitos com pedacinhos de chocolate e de suas tentativas frustradas de fazer gelatina. Mas eram capazes de se lembrar do cheiro maravilhoso desses biscoitos quando entravam em casa depois da escola.

O irmão costumava provocar a irmã caçula, dizendo que ela podia perder o coelhinho de pelúcia no pó do canto da sala. Mas essa mãe deu ênfase ao que deveria. Ela era uma mãe cuidadosa, amorosa, e até hoje seus filhos cultivam a lembrança dela. Toda vez que se reúnem, revivem os momentos especiais que passaram com a mãe, que pegou uma casa e a transformou em um lar.

E se, em vez disso, esses irmãos dissessem: “A casa estava sempre um brinco, e as refeições pareciam uma mesa posta da revista *Gourmet*. Mas

quer saber a verdade? Nunca conseguíamos agradar aquela mulher, não é? Ela parecia estar mais preocupada com que tirássemos os sapatos do que com o que tinha acontecido no nosso dia. E se tirássemos um B no boletim ou discordássemos de alguma coisa que ela tivesse dito, ai, ai, sabíamos que era melhor sumir rapidinho!”?

Qual a diferença? Tudo é uma questão de perspectiva. Você pensa em sua moradia como uma *casa* ou um *lar*? E seu coração? Mora ali ou em outro lugar?

Um de meus trabalhos favoritos quando dou palestras é interagir com as mulheres que vão aos eventos da Hearts at Home [Corações no lar].[\[1\]](#) Isso porque acho que as mulheres são criaturas incríveis. Não entendo como minha esposa, Sande, consegue administrar de forma tão magnífica todas as coisas que faz. Para mim, dar andamento a uma coisa por vez já é suficiente. A Hearts at Home faz um trabalho maravilhoso ao levar às mães, envolvidas na rotina do dia a dia, encorajamento e

ideias sobre como se concentrar no que é importante no longo prazo — manter os filhos e o lar como prioridade durante os anos em que as crianças estão crescendo.

E não é uma tarefa fácil, especialmente para mulheres “velcro”. Chamo as mulheres dessa forma com o maior respeito, já que tudo e todos parecem aderir a elas, enquanto nós homens parecemos flutuar pela vida com um pouco mais de facilidade, nos concentrando em uma coisa de cada vez. É necessário avançar sobre muitas listas de afazeres e administrar agendas e prioridades de trabalho/carreira para chegar ao que é realmente duradouro: um relacionamento de vida inteira com os filhos.

Isso também significa ajustar toda a sua perspectiva em relação à criação de filhos e esse período de sua vida.

ENTREGA POR SEDEX!

Algumas pessoas avaliam a decisão de ter filhos com

o mesmo investimento emocional com que passam a integrar o programa de fidelidade de seu supermercado favorito.

Certa noite, depois que cada um dirigir seu carro, voltando cada um de seu trabalho, dois cônjuges chegam em casa. Eles observam o ajuntamento de jovens na piscina do condomínio fechado em que moravam.

— Talvez a gente devesse ter alguns desses... Sabe... Como é que se chamam mesmo?

— Filhos?

— É, filhos. Vamos ter uns dois desses aí.

— Tudo bem, mas eu não vou deixar meu trabalho.

— Claro que não. Ninguém mais faz isso.

Então eles encomendam seus filhos, e o pacote chega pelo Sedex de nove meses. As agendas continuam ocupadas, aparentemente inalteradas pela nova aquisição. Eles entrevistam profissionais de saúde e gastam rios de dinheiro para entreter seu rebento novinho em folha, recém-desembalado.

A festa continua para ambos, com o casal negociando carros e casas como ações de times de beisebol, tirando férias regularmente para Oahu e outros lugares com nomes impronunciáveis.

A vida deles continua, mas ninguém se conecta.

Se você olhar a sua volta, essa parece ser a vida de muitas famílias, não é? Mas no fundo de seu coração, você não quer que sua vida seja diferente? Não *anseia* que seja diferente?

Conhece o antigo versinho infantil: “Primeiro vem o amor, então o casamento, daí vem o carrinho com o bebê dentro”?.[\[2\]](#)

Quando você se apaixona, seu mundo de repente passa a incluir outra pessoa. Você não pensa mais apenas *em si mesmo*. Aquela linda mulher ou aquele bonitão agora figura em destaque em sua vida. Seu centro de gravidade deixou de ser só você para incluir alguém mais.

Então vem o carrinho de bebê, e as coisas *realmente* começam a parecer diferentes em sua família. Seu centro de gravidade muda novamente.

A vida não é mais só o casal. Talvez você, mãe, tenha de mudar sua rotina de trabalho para incluir amamentação e cuidados com o bebê, ou trocar o trabalho de período integral por um de meio período. Você, pai, teve de deixar de paparicar seu carro para paparicar seu bebê. Longas noites à luz de velas no restaurante italiano foram substituídas por visitas à meia noite ao *drive-thru* de restaurantes *fast-food* associadas a corridas até a farmácia mais próxima para comprar Tylenol infantil.

A vida continua quando os filhos chegam, mas, com certeza, não da mesma forma! Para muitos pais, a transição pode ser difícil. No mundo instantâneo e compulsivo de hoje, filhos consomem uma quantidade enorme de tempo.

Mas, como pai de cinco, vou lhe contar um segredo. Ser pai compensa cada minuto do tempo investido. Sande e eu não trocaríamos qualquer um de nossos cinco filhos por outra pessoa. Cada um é maravilhosamente único, e agora todos contribuem de maneiras incríveis com o mundo. Estamos

convencidos de que isso tem tudo a ver com nosso foco decidido no relacionamento familiar em primeiro lugar, acima de tudo.

UM SENSO DE PERTENCIMENTO

A fabricante de televisores Zenith tinha um anúncio ótimo para seus aparelhos que proclamava: “A qualidade vem antes, e o nome continua”. Como eles estavam certos!

Sempre disse a meus filhos que, se eles ficassem em dúvida quanto ao que fazer em determinada situação, deveriam se lembrar: *Você é um Leman*.

O que quero dizer com isso? Enfatizar a meus filhos “Você é um Leman” significa dizer-lhes: “Você pertence a essa família e conhece nossos valores. Então defenda seus interesses. Lembre-se de quem é. Não deixe ninguém mudar isso”.

Muitas vezes nossos filhos agradeceram a Sande e a mim por esse lembrete. Saber quem são permitiu que, em situações complicadas com seus colegas, eles dissessem: “Não, eu não quero experimentar um

cigarro. Sou um Leman. Os Leman, não fumam” e “Não, eu não bebo. Sou um Leman e nós não bebemos”. Ter o rótulo da família a que pertencem, saber que representam essa família e os nossos valores, livrou nossos filhos do perigo mais vezes do que eu provavelmente jamais saberei. Seria necessário que o colega fosse bastante ousado para insistir e discutir sobre essa resposta, sabendo que os queridos Papai e Mamãe Urso estariam ali atrás.

Manter seu filho longe da rodinha de atividades, mas concentrado no lar e nos valores da família, constrói nele um caráter forte, uma base de pertencimento, e há uma grande chance de que ele cresça e se torne um adulto saudável, atencioso e maduro. Pois é, essa é uma vantagem especial, que dura a vida toda.

UM MEMBRO *PLATINUM* VITALÍCIO

Se estou em um avião, duas coisas provavelmente são verdadeiras. Primeiro, estou sentado na primeira fila. Isso porque sou um pouco claustrofóbico, e,

depois de ter voado mais de 5 milhões de milhas, é o mínimo que minha companhia aérea pode fazer para me garantir um pouco de espaço extra.

Segundo, as palavras *American Airlines* estão estampadas na lata de metal na qual estou viajando. Sou um viajante frequente da American desde 1988. Logo no início, voei por outras companhias também, mas hoje, se a American pode me acomodar, sou bastante leal a essa companhia aérea.

Por quê? Porque me sinto em casa com a American Airlines. Viajantes esporádicos podem se inscrever em programas de milhagem, mas eles recebem as milhas reais. Eu? Eu recebo *milhas dobradas* para qualquer lugar que vá, e elas acumulam bem rápido. Além disso, em certos momentos eu consigo atualizações grátis — e até passagens grátis!

E, quando minha agenda muda, a American faz o que pode para me agradar. Você pode chegar ao aeroporto três horas antes de mim para colocar seu nome na lista de espera, na esperança de pegar um

voo mais cedo. Eu posso aparecer apenas trinta minutos antes de o avião decolar, mas sou aquele que consegue um assento. Por quê? Com mais de 5 milhões de milhas computadas em minha conta, sou o que eles chamam de “*platinum* vitalício”, que é o jargão das companhias aéreas para: “Agrade esse sujeito a qualquer custo, porque ele já gastou o suficiente em passagens aéreas ao longo dos anos para comprar o avião em que está voando”.

Resumindo, quando estou voando pela American, tenho uma vantagem evidente. Se eu entrar em um voo da United, da Delta ou da Southwest, sou um Zé-ninguém. Vou ganhar o mesmo pacotinho de amendoins que todo mundo. Algum outro cara vai conseguir o melhor assento à frente. E pode ser até que eu fique imprensado no assento do meio, o que na minha idade e com o meu tamanho faz com que eu me sinta um rinoceronte metido na gaiola do Piu-Piu.

É muito bom viver a vida na American Airlines como membro *platinum* vitalício.

Você não gostaria de dar a seus filhos a mesma sensação de segurança e alegria, e até de felicidade? Não gostaria que eles sentissem que nascer em sua família lhes dá algo de especial? Não gostaria que eles fossem tão leais a você quanto eu sou à American?

Quando Dorothy bateu os calcanhares em *O mágico de Oz* e disse várias vezes: “Não há lugar como nosso lar. Não há lugar como nosso lar”, ela estava certa. Não há um lugar como a nossa casa.

Se seus filhos veem o lar como um local de segurança, alegria e boas lembranças, vão querer voltar, mesmo depois de adultos. Vão se lembrar de que a melhor parte de sua vida aconteceu entre as quatro paredes desse lugar abençoado chamado C-A-S-A.

Mas tudo começa com você. Sua casa é onde está seu coração? Onde estão suas prioridades? Ou você deixa as oportunidades e as listas de afazeres tirarem você do lugar que importa mais do que qualquer outro para seu filho?

QUEM ESTÁ EM CASA?

Você sabia que, em média, os pais se comunicam com seus filhos adolescentes apenas 35 minutos por semana?[3] Só 35 minutos! Eu passo mais tempo do que isso tirando sujeira do meu umbigo. E não são só os pais que estão ausentes da vida de seus filhos. Outro estudo, publicado na revista *Time*, descobriu que “72% das mulheres com filhos menores de 18 anos estão no mercado de trabalho — um dado que cresceu acentuadamente de 47% em 1975”.[4] Os motivos da ausência dos pais podem ser complexos, mas a questão principal é que eles *estão* ausentes.

Algumas famílias têm motivos legítimos para não ter o pai ou a mãe em casa com os filhos. Outro artigo da mesma edição da *Time* afirmava que “Desde meados dos anos 1970, a quantia média do orçamento doméstico destinado à hipoteca aumentou absurdos 69% (corrigido de acordo a inflação). Ao mesmo tempo, a renda média dos pais aumentou menos de 1%”.[5]

Com frequência, a mãe compensa a defasagem

entrando no mercado de trabalho. E muitos pais solteiros ganham o pão sozinhos, de modo que não trabalhar não é uma opção.

Mas muitas das famílias que vejo quando viajo pelos Estados Unidos têm filhos no berçário por outros motivos. Não é por não terem a opção de recrutar familiares ou de usar um sistema cooperativo, fazendo um rodízio entre pessoas que tomam conta uns dos filhos dos outros, ou de adotar um estilo de vida menos dispendioso. É porque os pais têm outras prioridades: ascender na carreira corporativa ou manter um padrão de vida parecido com o dos vizinhos. Muitos pais recorrem a babás ou berçários para permanecer nessa competição insana em vez de ao menos considerar a possibilidade de papai ou mamãe permanecerem em casa pelo menos meio período.

O sonho americano — de ter uma casa, dois filhos, dois carros e dois empregos flexíveis de alto nível — é muito sedutor. Mas a que custo? A coisa mais importante que você pode dar a seu filho é a

sua presença. Sem você, por melhor que seja a casa em um bairro agradável, ela não é um lar. É simplesmente uma casa.

Pense assim. Toda vez que entrega seu filho para alguém cuidar — especialmente nos primeiros seis anos de vida —, você perde milhares de oportunidades de gravar valores positivos no caráter dele.

Será que o berçário pode oferecer a seu filho um lugar seguro para brincar? Sim. Pode oferecer um lugar positivo para a interação social? Sim. Pode oferecer uma base para a boa educação? Sim. Pode reforçar seus valores e sua fé? Se você escolher o local cuidadosamente, talvez. Mas os funcionários de um berçário não podem fazer o que é mais importante: cultivar um relacionamento de vida inteira entre seu filho e você.

Alguns dos leitores deste livro atualmente trabalham fora. Quero que saibam que não estou dizendo nada disso para fazê-los sentirem-se culpados. Alguns estão em situações em que têm de

trabalhar fora de casa de qualquer jeito. Não há outra opção.

Tudo o que estou pedindo é que você examine o tempo que passa longe de casa. *Por que* faz isso? Porque realmente é preciso, ou porque abraçou mais oportunidades do que pode administrar e prendeu a si mesmo em uma agenda tirânica?

Todos nós temos as mesmas 24 horas por dia. Por que não assumir o compromisso de extrair o melhor possível do que você tem, de modo que isso influencie seus filhos por toda a vida?

Arranjar tempo para ficar com as crianças exige sacrifícios. Sande e eu vivemos com o mínimo durante anos para que ela pudesse ficar em casa com nossos cinco filhos. Quando minha filha mais velha, Krissy, e seu marido, Dennis, tiveram o primeiro filho, eles tomaram a difícil decisão de baixar o padrão de vida para que ela pudesse ficar em casa. Roger e Connie tomaram uma decisão diferente. Ele deixou o escritório no centro da cidade de Milwaukee, Wisconsin, e reduziu suas

horas de trabalho a meio período para que pudesse ficar em casa com as duas crianças, já que o trabalho de período integral de Connie envolvia muitas viagens. Ela reduziu as viagens para que só precisasse ficar fora cinco dias por mês.

Todo sacrifício que você faz hoje renderá dividendos, tanto agora como mais adiante. Isso porque a autoimagem positiva, a visão de mundo, o conceito de fé e o senso de segurança dos filhos são todos formados enquanto eles passam tempo com os pais em um ambiente amoroso. E ninguém pode assumir o seu lugar.

O QUE TODO FILHO QUER

Meu amor pela pesca é quase inato. Temos fotos minhas quando criança usando as botas até o joelho de meu pai como se fossem aquelas botas de pescador que vão até o quadril. Minha mãe, que logo reconheceu minha paixão, andava comigo quase 500 metros até o riacho Ellicott quase diariamente no verão, até que eu fiquei grande o

suficiente para ir lá sozinho com minha varinha de pescar e as minhocas se contorcendo em meu bolso.

Apesar de o riacho Ellicott ter me proporcionado horas incontáveis de prazer, uma coisa que ele não tinha era trutas. A temporada de truta, que começava em 1º de abril na região mais a oeste do estado de Nova York, sempre foi algo místico para mim quando garoto; nunca peguei nem uma truta sequer na vida. Depois do dia de abertura da temporada, o jornal local publicava uma foto mostrando os pescadores de truta alinhados ombro a ombro, com tantas linhas na água que se podia formar um novelo. Eu queria estar com eles.

Em determinado ano, um dia depois que a foto apareceu no jornal, fui andando até a loja de material esportivo e, por 60 centavos, comprei uma pequena isca de plástico em formato de larva cheia de pernas, que costumávamos usar para pescar. Eu ainda me lembro de perguntar a meu pai se ele poderia me levar àquele rio da foto, onde se pescavam trutas. Ficava provavelmente a cerca de

20 a 25 quilômetros em linha reta, com certeza mais do que um garoto de 9 anos poderia caminhar.

Meu pai chegou apenas até o oitavo ano da escola, trabalhava duro no ramo de lavanderias e não tinha muito tempo para o lazer. Por isso, quase nunca ia pescar. Eu queria tanto que ele fosse naquele dia, mas ele não podia — ou não queria.

Então fiz meu caminho tradicional até o riacho Ellicott sozinho e comecei a pescar trutas, sabendo muito bem que ali não havia nenhuma. Fiquei ali o dia todo na cheia do riacho, que estava tão turvo que a truta não teria sido capaz de encontrar o anzol, mesmo se, por milagre, aparecesse ali faminta.

Talvez sem perceber, meu pai criou uma lembrança dolorosa em minha vida. E essa lembrança permanece fortemente arraigada em mim até hoje, mais de meio século depois.

Seu filho pode chegar com um pedido que pareça tolo, absurdo ou apenas enfadonho. Sem pensar a respeito, você pode dizer: “Agora não, querido”, ou “Talvez semana que vem”, ou “Por que

você não vai jogar seu Xbox?”. É possível que você nunca mais pense nesse pedido outra vez.

Porém, isso não significa que seu filho esquecerá.

Eu não carrego nenhum tipo de mágoa do meu pai. Sendo eu mesmo pai hoje, tenho certeza de que ele se esqueceu do pedido menos de três horas depois de eu tê-lo feito. Ele não se deu conta de que estava criando uma lembrança.

Mas eu espero que *você* se dê. É esse tipo de lembrança que deseja que seus filhos tenham de você?

Sua garagem pode estar precisando de limpeza. Seu carro pode estar precisando ser encerado. Mas essas tarefas são realmente mais importantes no longo prazo do que ajudar o caçula a montar o foguete de papelão com o qual ele está planejando viajar até a Lua? Por trás dessas coisas infantis está um coração que não quer quase nada além de passar tempo com *você*. Isso faz de vocês, pai e mãe, indivíduos especiais de verdade.

Acredite ou não, isso vale até para adolescentes.

Quando se pergunta aos adolescentes norte-americanos como eles mais gostam de passar o tempo, estar junto com a família é a primeira escolha, acima de visitar os amigos, praticar esportes, malhar, assistir à TV ou navegar na internet.

Seus filhos não estão tão interessados em sua promoção a vice-presidente de *marketing*. Eles não querem saber como foi sua apresentação em Chicago, nem se importam com sua *performance* no jogo de cartas ou com a quantidade de produtos Mary Kay que você vendeu no trimestre passado.

Eles *estão interessados* em saber se você vai estar no jogo quando eles baterem seu primeiro escanteio, ou se você estará no auditório da escola para ouvi-los arranhar aquele solo de violino que você suportou em casa nas últimas sete semanas. Para eles, é importante que você lhes conte a história favorita — em versão integral — na hora de dormir, de novo e de novo; que você os veja andar sem rodinhas por mais de cinco metros, quando estão

aprendendo a andar de bicicleta; e que dê um beijinho no cotovelo esfolado deles quando caem.

Passar tempo juntos faz toda a diferença.

Ouvi de um menino em uma escola de progressão continuada que participava de um processo de educação individualizada. Um dia ele disse: “Ei, será que um dia desses podemos ter uma daquelas... hummm... Quando a gente costumava... Sabe...” — ele empacou enquanto procurava a palavra certa — “Conversa? É isso! Será que poderíamos *conversar* outra vez?”.

As estatísticas mostram que a maioria das crianças quer exatamente isso: “simplesmente conversar outra vez” com seus pais. Segundo os resultados da pesquisa de George Barna, em seu livro *Real Teens* [Realidade adolescente]:

As mudanças substanciais mais comuns sugeridas [por adolescentes em relação ao relacionamento com seus pais] foram a necessidade de passar mais tempo juntos (mencionada por 19%), ... [e] querer uma comunicação

melhor (13%).[\[6\]](#)

Por trás de jogar PlayStation, colecionar músicas no MP3 e assistir a DVDs, é isso o que seu filho realmente quer.

O NÚMERO 1 PARA A CRIANÇA

Em certa primavera, o humorista Bill Cosby e eu fomos convidados a participar de uma apresentação pela prevenção da violência para uma plateia de 10 mil pessoas em Oklahoma City, no estado norte-americano de Oklahoma. Eu fiz a abertura da palestra de Bill Cosby, apesar de ter me iludido, achando que todos tinham ido lá para me ver.

Antes do programa, depois de termos posado para as fotos e apertado todas as mãos, passei meia hora nos bastidores sozinho com Cosby. Ele é fã do Temple Owl, e eu, do Arizona Wildcats, de modo que nos entendemos ao conversar sobre basquete. Depois de um tempo, nossa conversa mudou para o

assunto da noite — a influência das famílias sobre a juventude de hoje.

Cosby, cujo filho foi violentamente assassinado, queria saber o que eu pensava sobre o que está acontecendo às famílias na sociedade atual. A resposta que discutimos nos bastidores surgiu várias vezes de novo naquela noite com o público. Os pais — não as drogas, os filmes, ou os colegas — são a influência número 1 da criança.

Não foi uma surpresa para mim. Mas, em uma cultura em que reclamamos de haver tantas influências sobre a vida da criança, é importante lembrar que são os *pais* que fazem a diferença. Suas palavras, seu silêncio, sua presença, sua ausência, seu exemplo — bom ou mau — tudo isso importa mais na vida de seus filhos do que você pode imaginar.

Por que tenho tanta certeza disso? Bem, deixe-me contar uma parte de minha própria história de vida.

ESTAREI EM CASA PARA O NATAL

Aos 19 anos, fiz minhas malas e saí de casa. Naquela época eu vivia com meus pais no Arizona, mas *detestava* o Arizona. Um colega em Nova York tinha me dito que eu poderia morar com ele por um tempo; então eu empacotei tudo e atravessei o país até a casa dele, livre, leve e solto. Infelizmente, meu amigo era bom em beber cerveja e ruim em cumprir a palavra.

Cheguei depois de escurecer, em meu Ford 1950. Os pais de meu amigo ainda estavam acordados, a julgar pela luz dentro da casa. Não me senti confortável em me apresentar e explicar que ia ficar com eles. Decidi esperar; meu amigo deveria me encontrar ali às 23h30, depois de sair do trabalho. Enfim as luzes se apagaram quando os pais dele se recolheram.

O relógio marcou 23h30 e continuou avançando. A temperatura caiu, o que teria sido suportável, mas meu querido Ford não tinha aquecimento. Os minutos se arrastaram lentamente até a manhã

seguinte, enquanto eu ficava ali tremendo e congelando.

Naquela noite, tive muito tempo para pensar. Quando fechei os olhos e me enrolei no casaco, imaginei-me dormindo embaixo do edredon em meu quarto, na casa de meus pais, a 4 mil quilômetros de distância. Eu teria pago um bom dinheiro para estar naquele lugar para o qual não dei importância.

No final me dei conta de que o amor e o apoio infinitos de meus pais tinham feito toda a diferença em minha vida. Finalmente isso me conduziu de volta para casa.

Talvez seja por isso que a música *I'll be home for Christmas* [Estarei em casa para o Natal] sempre me faz chorar. É uma canção melancólica que me lembra do presente simples que é o lar e dos bons tempos com minha família quando eu era criança. Não era um lar perfeito — meu pai era alcoólatra. Mas *era* um bom lar.

Sua casa também pode não ser perfeita. Mas você pode fazer tudo o que estiver a seu alcance

para torná-la o lugar com o qual seu filho vai sonhar quando estiver fora.

O lugar em que seu filho mais quer estar.

O LAR É ONDE ESTÁ O CORAÇÃO

Quando estou diante de um grupo de pessoas e digo: “Cada um aponte para si mesmo”, 999 em cada mil pessoas vão apontar diretamente para o coração. Seu maior trabalho como pai ou mãe é conquistar o coração de seu filho. O coração dele é algo que você precisa conhecer, ajudar a educar, proteger e ouvir.

Para ser um bom pai, você não precisa ser um super-homem. Não precisa ser a Mãe do Ano nem o Pai do Ano. Não tem de ser uma cozinheira *gourmet* ou o presidente da Associação de Pais e Mestres. Como costume dizer às mães e aos pais, você pode ser um pássaro, pode ser um avião, mas não tente ser um superpai! Se tentar, vai fracassar. Ninguém consegue voar pela rota do superpai por muito tempo sem cair de bico ou se esborrachar no chão.

Então, em vez de se preocupar com o que você *não pode* fazer, tenha confiança no que você *pode*. Por que não passar as horas onde elas realmente podem fazer a maior diferença no longo prazo?

Se você fizesse a seus filhos a seguinte pergunta “De que você mais se lembra sobre quando era mais novo?”, que resposta eles dariam?

É claro, seu filho de 10 anos, que se considera crescido, pode se lembrar de quando tinha 5 anos e você o deixou ficar acordado até tarde — 21 horas — e de brincar com seus brinquedos novos especiais quando ele pegou sarampo. E sua filha de 14 anos? Talvez ela se lembre de todas as noites em que você a colocou na cama e conversou sobre alguma coisa especial que aconteceu com vocês naquele dia.

Daqui a vinte anos, seus filhos não vão se lembrar da viagem de milhares de dólares que você fez à Disney. Não realmente. Mas vão se lembrar das coisas simples. Das vezes que envolvem você, mamãe ou papai.

De fato, sua presença na vida de seu filho

importa... Muito mais do que você imagina. E os benefícios de seu tempo, bem gasto, vão durar a vida inteira.

Boa pergunta!

Que área pode ser cortada para que vocês possam passar mais tempo juntos como família?

Checagem de prioridades

- Conscientize-se de que você não pode ter tudo.
- Avalie quanto tempo você está passando — ou não — com sua família.
- Defina suas prioridades com sensatez e comprometa-se a manter-se fiel a elas.
- Pergunte-se toda noite: “Estou realmente vivendo segundo essas prioridades? Em que áreas não estou?”.
- Reserve um tempo para conquistar o coração de seu filho.

Estar ocupado é bom, certo? (e outros mitos)

Por que acumular atividades para reforçar o sucesso de seu filho na vida não vai levá-lo aonde você quer ir.

Visite qualquer sorveteria Baskin-Robbins e você ficará espantado com os 31 sabores que há para escolher — tudo, desde os sabores tradicionais, como morango e menta com chocolate, até pistache, pegadas de alce[1] e chiclete. A loja é um pedacinho do céu para amantes de sorvete de todas as idades. Não é de admirar que fique lotada diariamente no verão.

A Baskin-Robbins da Vida, porém, não oferece apenas 31 atividades — oferece 31 mil, e nós, pais,

babamos diante de tantas opções, como crianças no balcão da sorveteria. Afinal, manter nossos filhos ocupados é bom, não é? E com tantas atividades maravilhosas para escolher, não tem como errar, certo? Todas elas harmonizam-se perfeitamente com o desenvolvimento de seu filho e contribuem para colocá-lo à frente do resto do bando, não é?

Bem, o que você acha?

Hora do questionário! Quais das nove afirmações a seguir são verdadeiras, e quais são falsas?

1. Não é a quantidade de tempo com meus filhos que importa; é a qualidade.
2. Sou um bom pai se faço muitos sacrifícios por meu filho.
3. As crianças devem ser livres para se expressar da maneira que quiserem.
4. Meu filho merece as coisas que não tive quando eu era pequeno, as coisas que a maioria das crianças de hoje tem.
5. Um prato cheio de atividades é bom para as

crianças; vamos deixá-las absorver tudo o que puderem.

6. Uma criança talentosa é uma criança bem-sucedida.
7. Colocar os filhos cedo na escola dará a eles uma vantagem extra.
8. No mundo competitivo de hoje, é importante que a criança chegue primeiro.
9. As crianças podem fazer qualquer coisa, desde que sejam programadas para isso.

Você se viu respondendo *verdadeiro* para alguma dessas afirmações? Se sim, você caiu em um ou mais dos mais populares mitos da criação de filhos hoje em dia. Mas não se sinta mal — todos nós caímos. Mesmo que tenha captado a situação e respondido *falso* a cada uma delas, você secretamente pode ter pensado: “Afinal, o que há de errado com isso, dr. Leman?”.

Neste capítulo, vamos examinar cinco desses mitos e aprender por que é tão fácil cair neles.

(Vamos analisar os outros quatro no próximo capítulo.) Só depois que você se der conta de por que está caindo nesse conto é que pode sair e tirar seus filhos da insana rodinha de atividades.

MITO N.º 1: “NÃO É A QUANTIDADE DE TEMPO COM MEUS FILHOS QUE IMPORTA; É A QUALIDADE”

“Tenho boas notícias!”, grita o marido para a esposa ao sair pela porta da frente com seus tacos de golfe pendurados no ombro. “A família Silva concordou em gravar o recital de piano do Clovis enquanto estou atendendo ao novo cliente. Eu honestamente não sabia como fazer, mas de alguma forma consegui. Volto hoje à noite a tempo de colocar o Clovis na cama!”.

Acredite em mim: quando o pequeno Clovis, nervoso, olhar para a plateia antes do recital e vir o vidro reflexivo das lentes da câmera de vídeo em vez do olhar cuidadoso de seu pai, não será um grande consolo. Especialmente se o papai tiver dito ao Clovis que estaria ali.

“Mas é *como* se eu estivesse ali!”, pode

argumentar o papai. “Eu me certifiquei de que o sr. Silva vai gravar tudo em vídeo!”

O que o papai não percebeu é que, apesar de *ele* poder sentir que estava ali, sua ausência pareceu um grande buraco negro para o Clovis. Foi uma declaração gritante de falta de interesse e prioridades infelizes.

É isso aí. O papai não deveria ficar surpreso se, ao tentar colocar o pequeno Clovis na cama à noite, o menino fingir já estar dormindo.

Você não consegue enganar uma criança quanto a suas prioridades e depois consertar de alguma forma a situação com um pouco de “tempo de qualidade”, o que é quase sempre definido segundo a conveniência e a disponibilidade dos pais, não segundo a preferência do filho. Mesmo as crianças que não conseguem dividir dez por dois podem ser incisivas no que diz respeito à matemática das prioridades. Mesmo se você *for* capaz de enganá-las por um tempinho com bugigangas trazidas de suas viagens de negócios, no final elas vão entender o

que essas “lembrancinhas” lhes custam: tempo sem você.

Já conversei com milhares de crianças, e uma coisa surgiu com a clareza do cristal em nossas conversas: amor apressado não parece amor para elas. Se seu filho se sente como se tivesse “na hora marcada” ou se acha que sempre o está interrompendo, *amor* não será a primeira palavra que virá à cabeça dele quando lembrar a infância.

Em uma sociedade frenética por atividades, o tempo passado em casa, todos juntos, é mais importante do que nunca. Se você está concentrado em ajudar seus filhos a “ir para frente”, pode estar deixando de lado o fator mais importante do desenvolvimento deles: amor sem pressa e atenção generosa em casa, longe de um mundo acelerado e estressado.

Uma criança pequena não tem pensamento abstrato. Ela vê que você está por perto ou que não está. Se você estiver no trabalho, no campo de golfe ou atuando como voluntário na igreja, não faz muita

diferença. Tudo o que fica registrado no pequeno cérebro de seu filho é se você está ali ou não. E, sim, ele está se fazendo a pergunta: “Se papai (ou mamãe) realmente me ama como diz, por que não quer passar mais tempo comigo?”.

Falando de maneira geral, quanto mais tempo seu filho passa com você, mais estabilidade e menos incerteza haverá na vida dele. Isso não significa que você deve fazer do seu filho o centro do Universo, mas sua presença física e emocional regular, mesmo em coisas mínimas, faz uma grande diferença.

Certo, então agora alguns de vocês devem estar se sentindo culpados. Bem, você pode se sentir assim... Ou pode encarar o que estou dizendo como uma oportunidade. Imagine o impacto que você pode ter ao levar seu filho ou filha para almoçar de vez em quando. Ou, em vez de se sentar em sua poltrona favorita com a cara atrás do jornal, por que não lê-lo com seu filho à mesa e discutir as notícias? Minha filha Holly e eu líamos o *USA Today* juntos toda manhã durante anos; eu ia direto para o

caderno de esportes, e ela, para o de entretenimento. Ela ainda se refere a essa época com muita ternura.

Quando eu era criança, meu pai coçava minhas costas enquanto assistíamos à TV juntos. Na metade do programa de 30 minutos, nós trocávamos, e eu coçava as costas dele. Eu valorizo a lembrança desses tempos mais do que qualquer carro que ele tenha tido ou qualquer casa que tenha comprado. Mesmo crianças que não têm o suficiente de seus pais, ou que vêm de lares problemáticos, guardam no coração os poucos bons momentos que tiveram.

Tempo de qualidade não substitui quantidade de tempo. Se você acredita nesse mito, então está fazendo isso para racionalizar seu próprio comportamento egoísta. *Ai*, eu sei, mas tive de dizer isso porque é verdade. Muitos pais estão comprometidos em buscar o fim do próprio arco-íris — mantendo uma casa perfeita, acompanhando todo evento esportivo transmitido pelo ESPN (e assistindo ao ESPN2 e ao ESPN Classic durante os comerciais), até mesmo angariando a aprovação de

seus pares por seu envolvimento na igreja, escola ou atividades comunitárias. E seus filhos? Bem, eles simplesmente vão se encaixar no esquema dos pais, não é?

Mas, para uma criança, a *quantidade* de tempo que você passa com ela é parte do que se configura como experiência de *qualidade*. Se depois do jantar, à noite, você colocar na frente de seu filho de 3 anos uma pequena e única bolinha de sorvete de chocolate belga Godiva 70% de cacau em um potinho e uma vasilha grande com uma mistura transbordante de sorvete da marca do supermercado mais próximo, qual ele escolheria? A vasilha cheia, é claro. Para as crianças, a quantidade importa. É por isso que elas conseguem farejar de olhos vendados qualquer rodízio de *pizzas* na cidade.

Sim, quantidade de tempo deve ser tempo de qualidade também — mais do que simplesmente minutos anotados no diário de bordo de pais e filhos. Mas *mais* é parte da equação que torna o tempo com você *melhor*. Viagens com o time

esportivo e clubes depois do horário de aula podem ser estimulantes e educativos, mas matricular seu filho em mais de três atividades ao mesmo tempo acaba com a quantidade *e* com a qualidade. A *vantagem* vem de estar em *casa*, desenvolvendo o relacionamento entre pais e filhos, assim como entre irmãos, e isso você não consegue fazer enquanto está em deslocamento.

MITO N.º 2: “SOU UM BOM PAI SE FAÇO MUITOS
SACRIFÍCIOS POR MEU FILHO”

Eu estava ao telefone com os pais de um menino de 7 anos. Eles tinham dado o mundo para o filho. Infelizmente, o garoto estava saboreando o papel de um pequeno Júlio César tirânico.

À primeira vista, você poderia ficar surpreso. Era uma família muito unida, com uma fé sólida, e os pais não queriam nada além de ver o filho se sair bem. Na verdade, o sucesso dele era a cesta na qual eles empilhavam seus ovos. Eles tinham dado ao menino todas as oportunidades da face da terra e chegaram a prepará-lo para uma ou duas além —

acampamento espacial, por exemplo, quando ele tinha apenas 4 anos.

Eles não conseguiam entender por que o filho, em vez de abraçar as ambições de um futuro astronauta, estava se transmutando em um pequeno *alien*. Ele era bem-comportado na escola, mas nunca terminava uma tarefa. E em casa estava começando a ser malcriado com os pais.

Conforme eu conversava com eles, rapidamente se tornou evidente que o problema não era que eles não estivessem envolvidos na vida do filho. Eles tinham *exagerado*.

De fato, metade dos pais que já entrou pela porta de meu consultório é formada de superpais — seja em função de suas expectativas de perfeição ou simplesmente porque orbitam em torno do filho como se ele fosse o centro do universo da família.

“Superpais?”, você pode pensar. “Se você está agindo com amor, como pode ser exagerado?”

Quando você exagera, enfraquece a autoimagem de seu filho, sufocando-o, de modo que ele passa a

acreditar em coisas como: “Acho que não tenho o que é necessário para me virar sem a ajuda de papai e mamãe. É claro que eles não acreditam que eu possa terminar nada sozinho, então talvez seja melhor não concluir as coisas. Assim, eles não podem criticar minha tarefa inacabada ou a mim”. A criança pode não dizer nem pensar isso conscientemente, mas é o que acontece.

Alguns pais acham que estão se sacrificando quando são superpais. O que eles estão fazendo, porém, é pairar sobre os filhos, como um helicóptero.

Imagine um chefe que fica o tempo todo na sua cola e tem níveis de exigência impossivelmente altos. Depois de alguns meses trabalhando para ele, você se afundaria na cadeira ao ver aquela sombra atrás de seu ombro. Odiaria novos projetos e começaria a sonhar em trabalhar em atividades mais relaxantes, algo como ser chefe do esquadrão antibombas ou controlador de tráfego aéreo no aeroporto mais lotado do mundo. É assim realmente que quer que

seus filhos o vejam? Que tenham um sobressalto cada vez que você entra na sala, odiando aquele “tsc, tsc” que faz ao olhar por cima do ombro dele?

A atitude de um chefe helicóptero comunica: “Você vai fracassar sem minha supervisão constante”. O pai ou mãe perfeccionista “sacrificado” envia a mesma mensagem.

Esse tipo de atitude pode acontecer também de maneira muito inocente. O pequeno Caio, depois de dar uma topada, pode se pendurar na perna de mamãe para chamar a atenção dela. Então o que mamãe faz? Ela pega Caio no colo, conforta-o e talvez exagere um pouquinho. Da próxima vez que Caio se machucar, ele vai esperar os mesmos cuidados de pronto-socorro — complementados com um pirulito para fazê-lo sentir-se melhor! E a partir daí tudo só aumenta.

Exagere o bastante e reforçará hábitos que não quer infundir em seu filho. Afinal, as crianças nascem pensando *eu, eu, eu*. É sua tarefa como pai ou mãe ajudá-las a começar a considerar os outros

antes de si mesmas. Afinal, você não quer criar hábitos que vão durar até o casamento ou o final da graduação de seu filho. (Acredite em mim, seu genro ou nora um dia vão lhe agradecer se você perseverar e lutar contra esse mito.)

Quando sua “ajuda” prejudica seus filhos? Quando você faz coisas que eles poderiam fazer sozinhos. Quando meus filhos eram pequenos, eu costumava despejar no cereal deles o leite que vinha em um recipiente grande. Conforme eles iam crescendo, tornando-se capazes de se virar sozinhos — com o mínimo de respingos! —, eu os encorajava a assumir a tarefa. Isso significa que eu não me importava? Longe disso! Eu estava permitindo que eles construíssem sua autoestima, deixando-os fazer algo que tinham capacidade para fazer.

Mas digamos que sua filha de 15 anos decida que não vai comparecer a um compromisso. Ela quer que você telefone, avisando que ela voltou atrás. Nesse caso, eu diria: “*Você* liga para a sra. Johnson e

diz a ela que não vai poder cuidar da criança. Foi você quem disse que iria. Você telefona e diz que não pode ir”.

Dar esse telefonema por ela pode parecer amor, mas apenas atrasa seu crescimento. O “sacrifício” não faz bem a nenhum de vocês.

Então não faça o trabalho sujo de seu filho. Se ele sempre deixa as tarefas por terminar ou começa as atividades com o entusiasmo de um bicho-preguiça anestesiado, ele pode estar sob a sombra de um pai ou mãe helicóptero.

Quanto ao pai e à mãe do Júlio César Jr., recomendei que exercitassem a coragem de ser pais imperfeitos — ordens médicas. Eles estavam simplesmente tentando com muito esforço fazer tudo. O menino era brilhante, mas desperdiçaria seus anos de escola se eles não recuassem e o deixassem repetir o segundo ano.

Com frequência o melhor sacrifício que você pode fazer por seu filho é abrir mão de suas próprias expectativas sutis.

MITO N.º 3: “AS CRIANÇAS DEVEM SER LIVRES PARA SE EXPRESSAR DA MANEIRA QUE QUISEREM”

Sande e eu estávamos em um restaurante com uma mulher que não víamos há anos. Ela havia trazido seus dois meninos, e eles eram superfofinhos, o tipo que se encontra em uma propaganda de cereal matinal ou em um programa infantil de sábado pela manhã. Mas, como estrelas infantis estereotipadas, eles eram incontrolláveis.

Um deles, de 4 anos, era claramente treinado em técnicas de tortura. Começou a enfiar as unhas em minha perna embaixo da mesa. Talvez tenha sido meu rosto contorcido o que fez com que a mãe tentasse distrair sua atenção. Em reação, ele começou a bater nela.

“Ah, esses meninos!”, disse a mulher enquanto fazia cócegas no filho, como se não levasse a sério seu comportamento.

“Minha senhora”, eu pensei, “meninos são diferentes de meninas. Mas tanto meninos quanto meninas precisam de disciplina!”.

Toda criança precisa de limites para saber o que

simplesmente não é aceitável. Seus filhos precisam saber que não podem bater, manter suas irmãs como reféns ou encenar um motim na *minivan*.

Sou totalmente a favor de promover a personalidade e os talentos das crianças. Mas qualquer um que acredite que as crianças nascem com asas de anjo deveria jogar um doce no meio de uma brincadeira de roda e presenciar o surgimento de pequenos demônios. Os limites devem ser estabelecidos. Você realmente não quer encorajar *tudo* que seus filhos são, quer? Pare e pense *nisso* por um instante.

Meu bom amigo dr. James Dobson com frequência cita uma pesquisa na qual uma escola derrubou a cerca de sua área de recreação para que as crianças não se sentissem confinadas. Em vez de brincarem bem no lugar em que a cerca estava, porém, elas se amontoaram no meio do pátio aberto da escola.[\[2\]](#) Veja, as crianças desenvolvem força, estabilidade e autoestima a partir de limites, porque limites ajudam a definir o que é seguro e o que não

é.

Muitos pais hoje querem que seus filhos sejam quem são, sem nenhuma reserva. Mas sempre que as crianças tomam as rédeas, as famílias acabam metidas em confusão — e então vêm ao meu consultório para resolver o problema. Agora é a hora de assumir as rédeas, ou pegá-las de volta se você deixou que seus filhos as segurassem.

Não transfira a responsabilidade de ser pai ou mãe para os “especialistas”, para a mídia ou para os professores — muito menos para seus próprios filhos.

Levante-se e seja pai ou mãe!

MITO N.º 4: “MEU FILHO MERECE AS COISAS QUE NÃO
TIVE QUANDO EU ERA PEQUENO, AS COISAS QUE A
MAIORIA DAS CRIANÇAS DE HOJE TEM”

Quando nossa filha Lauren decidiu participar da seleção para o time de *softbol*[\[3\]](#) da escola, nós a encorajamos a seguir esse sonho.

Mas não nos adiantamos e torramos 500 dólares para comprar os equipamentos mais modernos ou

outros 500 dólares para pagar um profissional de *softbol* para dar aulas e fazê-la ser aprovada nos testes. Ela usou a luva da irmã mais velha, e como já havia alumínio suficiente pendurado nas paredes do quartinho, o bastante para construir uma casa inteira, achamos que ela não precisava de um taco próprio. Havia muitos para emprestar.

Lauren conseguiu entrar no time. Logo depois que os treinos começaram, ela começou uma conversa no jantar, dizendo:

— Pai, preciso comprar um tênis de *softbol*.

Observe o palavreado: não foi “*Podemos comprar um tênis de softbol?*”, mas “*Eu preciso comprar um tênis de softbol*”.

— Ah, é mesmo? — eu disse. — Você sabe, querida, eu joguei por muito tempo, até cheguei ao time de estrelas, e nunca tive um tênis de *softbol*.

— Mas todo mundo tem! — disse Lauren.

— Bem, vamos ver — eu disse.

Não lhe dei uma resposta definitiva de propósito. Em vez disso, fui aos treinos e vi que algumas das

garotas realmente tinham os tênis apropriados, mas um bom número não tinha. Quando o momento do primeiro jogo se aproximou, porém, todas as garotas, menos Lauren, compraram calçados de *softbol*. Algumas tinham tantos apetrechos que pareciam estar jogando para o Arizona Diamondbacks, um time profissional da liga nacional de beisebol.

Eu ainda não comprei os tênis para Lauren. Antes que você me diga como eu sou um pai horrível, deixe-me dizer: estou bem consciente do que não ter uma coisa que “todo mundo tem” pode fazer para uma jovem de pouco mais de 30 quilos; pode criar 50 quilos de pressão dos colegas. Então por que eu não comprei os tênis para ela?

Porque o argumento de Lauren foi “Pai! *Todo mundo* tem”.

Concordei em voz alta com Lauren que todo mundo tinha calçados de *softbol*.

— Mas eu não quero que você seja como todo mundo — expliquei.

Veja, se Lauren for como “todo mundo”, então há uma grande probabilidade de que ela experimente drogas e perca a virgindade antes de obter seu diploma de ensino médio. Ser como todo mundo é simplesmente o *pior* argumento que ela poderia me apresentar!

Dinheiro não era a principal questão em relação ao pedido de Lauren. *Ser como todo mundo é que era.*

A esta altura você provavelmente está pensando: “Ah, qual é, dr. Leman. Um par de tênis? Isso não é nada. Se você pode comprar, por que não?”.

Eis o motivo: eu não quero que minha filha espere que ao entrar no clube da mania do mês, eu providencie um novo guarda-roupa com os apetrechos *high-tech* do momento. Jovens mudam de interesse com mais frequência do que trocam a roupa de baixo. Se você comprar todos os equipamentos todas as vezes, logo estará abrindo uma loja de materiais esportivos usados em sua garagem. Isso serve para bonecas Barbie, figurinhas

do Pokémon e outros brinquedos também. Compre o último, e logo você vai descobrir que o objeto está acumulando poeira no canto do quarto de seu filho — bem ao lado de todas as outras coisas que você comprou seis meses atrás. Se atender cada desejo de seu filho, o estará treinando para acreditar que, sempre que ele quiser alguma coisa, tudo o que tem a fazer é recorrer a papai ou mamãe, e você vai comprar para ele.

E como você acha que vai ser quando seu filho estiver fora do ninho, ganhando um salário de iniciante no primeiro emprego e começar a acumular contas de seu primeiro cartão de crédito porque ainda precisa ter o que há de mais novo e mais incrível?

A maneira como você reage agora à “coisa” mais incrível do momento estabelecerá um padrão para toda a vida de seu filho. Você sempre vai seguir a multidão e fazer o que “todo mundo faz”, mesmo se não fizer sentido?

No que diz respeito a Lauren e o *softbol*, quis

esperar um ano para ver se ela iria continuar. Se continuasse, eu poderia ter desembolsado algum dinheiro e comprado para ela uma luva nova, assim como calçados de *softbol*. Talvez. (Meus filhos me chamam de pão-duro, mas eu prefiro pensar em mim como econômico.)

Você pode achar que sou um ogro por deixar minha filha jogar *softbol* usando um tênis qualquer. “Quanta privação para uma criança”, você está pensando, enquanto faz aquele “tsc-tsc” por dentro.

Mas deixe-me lhe dizer uma coisa: durante aquele ano, o rosto de Lauren se iluminava quando chegava em casa. Ela corria para mim e dizia: “Papai, você precisa arremessar para mim e rebater algumas bolas”.

Então eu desencavava minha ridícula luva velha, da qual ela ria, e nós nos divertíamos, criando lembranças que durariam cem vezes mais do que um par de tênis tamanho 34.

Desembolsar 60 dólares para comprar um calçado próprio para a prática de *softbol* não exige

muito comprometimento ou sacrifício. Mas comprometer-se a estar em casa quando Lauren chega, e estar livre para praticar com ela — isso exige muito mais.

E quer saber do que mais? Lauren se esqueceu do tênis. Depois que suas colegas de time se acostumaram a vê-la usando o tênis normal, não foi mais um problema. Ninguém mencionou isso; ninguém a provocou. Elas simplesmente gostavam de jogar juntas como time.

Vem daí a verdade nua e crua: o que você dá a seus filhos não significa tanto assim. O que importa? Seu comprometimento. Sua presença. Sua participação.

Logo Lauren vai se formar no ensino médio. Não ter tênis de *softbol* não a incomoda mais nem um pouco. Na verdade, ela ri de quando se lembra daquela ocasião. Então o pai dela não quis pagar 60 dólares pelos tênis. Há algo muito mais importante impregnado em sua mente: ela sabe que seu pai daria a vida pela filha. Se precisasse de um

transplante de rim, eu seria o primeiro da fila, mesmo que fosse meu último rim. Transfusão de sangue? Pode secar até a última gota se for necessário. Porque sou comprometido com minha nem tão menina assim... Por toda a vida. E o que conta é o nosso relacionamento, *não as coisas que dou a ela*.

Hoje Lauren não precisa de “coisas” para ser como todo mundo. Ela é uma jovem decidida, compassiva, que faz várias coisas e é um ser único. Ela não precisa de “coisas” para fazer que seja quem é. E agora ela pensa em suas decisões com muito cuidado: “Eu realmente preciso disso? Não”. E não torna a pensar no assunto.

Então não caia no conto de que, se você ama seus filhos, dará a eles tudo o que querem, desde que possa pagar por isso. Não tenha medo de que, se não der a seus filhos o que os outros têm, eles se ressentirão (se acontecer isso, você tem mais a trabalhar em sua família do que só algumas “coisas”!), ou eles ficarão para trás em relação aos

colegas.

Estou mais interessado em cultivar expectativas realistas e corações agradecidos.

Isso significa que você não compra nada para seus filhos? Não, eu não disse isso. O que é importante é que você pense bem em suas decisões e que dê com moderação.

Por exemplo, quando nossa filha Hannah fez 16 anos, nós ainda tínhamos um computador movido a vapor que ela usava para fazer sua lição de casa e enviar *e-mails* para os amigos. Era mais lento que melado subindo uma montanha e tinha menos memória que um bebê de 2 dias.

“Pai”, disse meu filho Kevin II, “em dois anos Hannah estará na faculdade e vai precisar de um computador. O que temos agora é tão velho que não vai rodar nenhum dos programas novos de que ela vai precisar. Por que não compra um *notebook* para ela? Um da Apple seria uma ótima escolha”.

Sande e eu entendemos mais de física quântica e aramaico arcaico que de computadores, ou seja,

absolutamente nada. Naquela época, para mim, um disco rígido era aquilo que os jogadores empurram na quadra de hóquei, e não pensaríamos em queimar um DVD sem a permissão do corpo de bombeiros. Mas Kevin II sabia das coisas. (Felizmente alguém nesta família sabia!)

Hannah ficou encantada. Ela ganhou um computador sem nem pedir! Ela jamais demonstrara uma atitude de “Quero um computador!”. Acho que os irmãos servem para alguma coisa, afinal.

“Você viu o bilhete?”, perguntou-me Sande, na manhã seguinte ao dia que demos a Hannah o computador.

Fui até a cozinha, e ali estava o bilhete escrito em um pratinho de papel:

Eu só queria agradecer a vocês de novo. Amo muito vocês;
obrigada pelo meu computador.

Da sua Hannah

Sua Hannah.

Veja se essa não é uma frase para se almejar enquanto se constrói um relacionamento para a vida inteira com um filho. É o tipo de coisa sobre a qual vale a pena escrever — ou mandar um *e-mail*.

Quando eu precisei de um computador novo (ai, significa alguma coisa quando você liga seu velho computador e ele começa a cheirar como borracha queimada?), chamei Kevin II, o especialista da família. E mais uma vez ele estava pronto para a ocasião.

Quem me dera conseguir entender como funciona o frágil apoiador de copo deslizante do computador...

MITO N.º 5: “UM PRATO CHEIO DE ATIVIDADES É BOM PARA AS CRIANÇAS; VAMOS DEIXÁ-LAS ABSORVER TUDO O QUE PUDEREM”

Um artigo da revista *Newsweek* descreveu o prato abarrotado de uma adolescente:

Como capitã do time júnior de vôlei do colégio, flautista da

primeira fileira na orquestra da escola, jogadora entre as melhores da equipe de tênis e estudante de destaque com três horas de estudo por noite, Andrea Galambos, que também está começando a ter aulas de canto e de arte depois da escola, investe em dias de dezoito horas. “Nunca tive mais do que cinco minutos para me sentar e respirar”, diz Andrea, de 16 anos, que está no primeiro ano do ensino médio na Staples High School in Westport [Connecticut]. Certas manhãs ela não quer sair da cama por causa de todas as coisas que tem a fazer.[\[4\]](#)

Se eu tentasse, não conseguiria criar uma receita pior para uma vida familiar equilibrada e gratificante.

Muitas agendas de atividades de jovens competem com a rotina de treinamento de um atleta olímpico. Alguns pais têm orgulho desse excesso de compromissos, porque eles mesmos estão correndo tão rápido na rodinha que ostentam toda essa ocupação como se fosse uma medalha olímpica. Infelizmente, eles acabam colocando seus filhos na mesma rodinha de atividades que gira loucamente.

Muitos pais se enganam e pensam que mãos ocupadas são mãos felizes. Essas mãos podem ser felizes por um tempo. Afinal, as crianças podem gostar, e até escolher, aula de ginástica em vez de piquenique em família. Atividades são ótimas para entreter e exercitar corpos e mentes, e às vezes isso ensina lições valiosas. Mas não cria laços entre você e seus filhos como família, a menos que vocês estejam *fazendo as coisas juntos*.



**Você está na rodinha de
atividades? +**

Então fique de olho na quantidade de atividades individuais fora da família com as quais seus filhos estão envolvidos, porque todas elas estão roubando tempo de vocês. (Aliás, levar seus filhos de carro de uma atividade para outra não é considerado “tempo” com eles, a menos que você tenha conversas muito

mais significativas do que “Ei, Júlia, o que você vai querer no McDonald’s?”.)

É por isso que recomendo apenas uma atividade por filho por semestre. Quando Lauren quis fazer parte das bandeirantes, era nisso que se envolvia. Apenas nas bandeirantes. Quando estava no *softbol*, essa era sua única atividade.

Se sua filha adolescente pratica um esporte toda noite e viaja todo fim de semana para campeonatos pelo estado inteiro, há poucas chances de você estar por perto quando ela precisar de um ombro para chorar depois que tiver terminado com o namorado. Você não pode ter conversas regulares significativas se seus filhos estão sempre fora de casa aprendendo como rebater uma bola com efeito ou como defender uma cortada no vôlei.

E tem outra coisa: é mais fácil coordenar o tempo juntos se você tem só um filho e ele faz apenas uma atividade por semestre. Mas e se você tem vários filhos, e cada um escolher uma atividade diferente, e todas as suas noites acabarem preenchidas?

Uma família que conheço, que tem quatro filhos de 6, 8, 14 e 15 anos, tomou a decisão de sair da rodinha de sua agenda insana. Em vez de terem aulas individuais de música (cada um tocava instrumentos diferentes), a família toda agora está envolvida em um conjunto coral comunitário que se encontra nas tardes de sábado. Depois eles pedem *pizza* e assistem a filmes. É o dia favorito da semana para as crianças. No que diz respeito às atividades depois da escola, os mais novos interromperam, escolhendo uma atividade compartilhada por semestre; o mesmo fizeram os dois mais velhos. Isso significa que a família Williams corre na rodinha de atividades apenas às terças e sextas-feiras depois da aula, em vez de cinco dias por semana como costumava ser, mais sábado e domingo. Às terças, todos estão em casa às 19 horas para um jantar em família. Nessas noites, o cardápio é preparado na panela elétrica, a mamãe pode respirar aliviada quando os filhos chegam e todos estão famintos. E às sextas? É uma noite por semana em que os dois

adolescentes podem agendar o que quiserem fazer com os amigos, começando às 19 horas.

A família Williams conseguiu seu intento de sair da rodinha de atividades para que todos pudessem passar mais tempo juntos. Com apenas dois dias de atividades fora de casa, tanto os pais como os quatro filhos dizem com alegria que a vida deles está muito menos estressante e que há menos conflito entre irmãos do que nunca. A família teve algumas conversas incríveis e descobriu coisas uns sobre os outros que nunca souberam antes, quando jantares em família e debates não eram prioridade.

Você ficaria surpreso com as coisas que descobriria sobre seus filhos se tivessem um tempo juntos livre, sem compromissos. Tente e verá.

O QUE TODO FILHO PRECISA

Atividades são como sorvete. São ótimas como guloseima ocasional, mas não compõem uma dieta saudável. Aqueles que estão atrás do balcão podem fazê-lo pensar que tudo que seu pequeno Einstein

precisa é a combinação certa de sabores para ajudá-lo a construir uma teoria do campo unificado ainda não descoberta assim que chegar à puberdade. Mas se você seguir nesse caminho, pode acabar pedindo uma casquinha de atividades tão alta que jamais poderá equilibrar todas as bolas.

O que seus filhos mais precisam é de seu amor, de seu cuidado e da segurança de saber o lugar a que pertencem. Eles precisam de amor sem pressa, e isso não vai acontecer enquanto você corre de um lado para o outro.

Antes que sua agenda saia do controle, ou se já saiu, há uma solução fácil: aja sobre ela com uma machadinha. Comece a picar. Reserve as melhores horas e os dias mais importantes para sua família. Faça tudo funcionar em torno disso. Se nada mais se encaixar, então aí está a resposta: é preciso dizer não a todas as outras opções.

Meredith, uma mãe separada de pouco mais de 30 anos, me disse certa vez:

“O melhor dia da minha vida foi quando perdi

meu BlackBerry. Quando eu finalmente comprei outro uma semana depois (bem, sou uma criatura de hábitos), comecei a inserir todas as atividades de minha família. Então entendi. ‘Por que estou fazendo toda essa coisarada?’”.

Ela então convocou uma reunião do conselho familiar com seus três filhos adolescentes, e juntos começaram a discutir as poucas coisas que voltariam para a agenda. Pela primeira vez desde seu divórcio, Meredith e os filhos vão tirar férias de cinco dias, passear de canoa e acampar juntos, algo que sempre quiseram fazer.

“É incrível a quantidade de dinheiro que conseguimos economizar desde que paramos de correr de uma atividade para outra”, diz Meredith. Essa é uma mãe que descobriu o que realmente importa — seu relacionamento com os filhos — e está correndo atrás disso. Seus filhos vão agradecer a ela lá mais adiante, se é que já não estão agradecendo.

Todos nós queremos o melhor para nossos filhos

e queremos que eles sejam bem-sucedidos. Mas o que é sucesso para você? Uma média perfeita de rebatidas? Ganhar a primeira cátedra de violino? Participar do campeonato estadual de soletrar? Vencer o campeonato regional de futebol?

Esses podem ser eventos estimulantes, mas eles realmente representam o tipo de sucesso verdadeiro, aquele sentimento de afirmação e realização, que orienta uma criança pela vida inteira? O sucesso verdadeiro é construído sobre a autoestima: sentir-se bem sobre quem se é. Não tem nada a ver com correr constantemente na rodinha, fazer mais e mais coisas para que você possa se sentir aceito. Está fundamentado em relacionamentos fortes, saudáveis, especialmente com membros da família, num senso de pertencimento que não se fundamenta no quanto você se sai bem ao memorizar fatos para a “Battle of Books”[\[5\]](#) [Batalha dos Livros] ou em como você se sai nas provas de matemática, ou no fato de estar envolvido em cinco atividades extracurriculares por semana.

Quando Mel Brooks recebeu o recorde de doze prêmios Tony por sua peça *The Producers* na Broadway, perguntaram a ele sobre a chave de seu sucesso. Sua resposta diz tudo sobre as prioridades de sua família quando ele era criança:

— Sabe, meus pés nunca tocaram o chão até que eu tivesse 2 anos, porque meus pais estavam sempre me passando de uma mão para outra e me beijando e abraçando.[\[6\]](#)

Do que você quer que seu filho se lembre daqui a dez ou vinte anos?

Boa pergunta!

Que atividades nas quais você está envolvido atualmente deveriam ficar e quais deveriam — ou poderiam — acabar?

Cinco dicas para acabar com a correria

- Concentre-se no que acontece em casa, não fora dela.

- Não caia na armadilha das atividades. Escolha apenas uma por semestre para seu filho.
- Relaxe. Você não precisa fazer tudo, nem seu filho.
- Dê uma machadada em sua agenda ou BlackBerry. É a melhor coisa que você pode fazer por si mesmo.
- Reduza o ritmo para que seus filhos possam decolar... E chegar até o fim.

Meu filho pode fazer qualquer coisa (e outros mitos)

Por que pressionar o Júnior não corresponde aos melhores interesses dele (nem aos seus).

Minha esposa, Sande, adora a emoção das compras. Então, às vezes, como sou um bom marido, eu a acompanho para fazê-la feliz. Em uma dessas ocasiões, enquanto esperava por ela (sou o carrinho de compras ambulante), ouvi a seguinte conversa na área de diversões do *shopping center*:

— Olha só! — disse uma mãe para a outra, enquanto seu rebento evidentemente desempenhava um feito magnífico. — Ele é tão adiantado para a idade. Ele deveria estar fazendo isso só daqui a um ou dois anos.

— Bem, meu Kenny conseguiu com 1 ano e 2 meses — confidenciou a outra mãe. — Algumas crianças são capazes de fazer isso mais cedo.

Sobreveio um minuto de silêncio. Eu sorri porque sabia o que vinha depois. A conversa estava se aquecendo com o jogo do “Mas o meu filho...”.

Mãe número 1:

— Meu filho disse sua primeira palavra aos 9 meses!

Mãe número 2:

— Mas o meu filho andou pela primeira vez com 8 meses e meio!

Mãe número 3:

— Todos os meus filhos largaram as fraldas com 1 ano e meio!

Por que é que nós, pais, temos essa necessidade imperiosa de que nosso filho seja o número 1?

Você está criando o tipo de bebê que só usa a última coleção das roupinhas da babyGap e conjuntos da Nike e de outras marcas caras? Você está preocupado se seu filho tem os mais modernos

brinquedos estimulantes do cérebro, se está se desenvolvendo fisicamente mais rápido do que os outros da mesma idade e se começou a falar primeiro?

Você está forçando seu filho de 2 anos, que não está minimamente interessado em ir ao banheiro sozinho, a largar as fraldas, só porque a vizinha está fazendo isso com o filho dela da mesma idade?

Seu filho de 8 anos está na Little League[\[1\]](#) só porque o pai também esteve — mesmo que o pequeno David de fato odeie beisebol?

Você se preocupa porque sua filha de 12 anos ainda não amadureceu, enquanto todas as outras meninas da classe dela já?

Você está forçando seu filho de 16 anos a estudar o máximo possível para entrar na melhor faculdade, enquanto tudo que ele quer fazer é um curso técnico e trabalhar com carros?

Por que nós, pais, achamos que nossos filhos podem fazer *qualquer coisa* que quiserem? E por que os pressionamos tanto?

É porque muitos de nós caímos nos mitos populares de criação de filhos. Vamos continuar a examinar esses mitos.

MITO N.º 6: “UMA CRIANÇA TALENTOSA É UMA CRIANÇA BEM-SUCEDIDA”

Converso com muitos pais quando viajo e dou palestras em todas as partes dos Estados Unidos. Pelo menos uma vez em cada viagem, um pai chega para mim depois de minha fala, se apresenta e prossegue com uma afirmação familiar:

— Meu filho é superdotado.

O tom dos pais parece indicar que o céu está concentrando toda a sua atenção nessa alma verdadeiramente extraordinária e que o resto do mundo deveria sair do caminho e prestar homenagens ao seu rebento. É só uma questão de tempo até que o filho “superdotado” tenha um disco gravado, ou tenha um livro publicado, ou assine um contrato esportivo, ou receba uma proposta de trabalho lucrativa de uma das quinhentas empresas da lista da revista *Fortune*. E, sim, claro, a

propósito, a criança tem apenas 6 anos.

— Oh, que pena — eu respondo. — Minhas condolências.

Invariavelmente, os pais ficam ali vacilantes.

— O-o que o senhor quer dizer? — eles gaguejam, pasmos por alguém tratar essa notícia com algo que não seja entusiasmo.

É compreensível. A maioria das pessoas acredita que uma pessoa bem-sucedida é alguém que chegou ao topo e contribui com a sociedade. E que filho estaria em melhor posição para essa escalada do que um superdotado, um macaquinho de verdade no que diz respeito a subir a famosa escada do sucesso?

A verdade é que estamos todos juntos em um eixo horizontal; nenhum de nós é melhor do que a pessoa ao lado. Eu não olho de cima para baixo para meus filhos, do alto da escada patriarcal, por exemplo. Precisamos uns dos outros porque estamos viajando juntos pela vida. É isso o que significa ser uma família.

Mas é isso que a maioria das pessoas não

percebe. Dons são ferramentas; são apenas tão bons quanto a pessoa que os utiliza. Seu filho pode ser hábil em recitar o valor de π até a décima casa, mas ele divide de forma justa os doces com os irmãos? Sua filha pode ser líder de torcida, rainha do baile e oradora da turma, mas como ela trata as garotas “anônimas” que caminham quase invisíveis pelos corredores da escola?

O intelecto é uma coisa maravilhosa, mas ser inteligente pode colocar seu filho na cadeia com a mesma facilidade com que pode levá-lo ao MIT.[\[2\]](#) (Já ouviu falar de *hackers* de computador ou pessoas que tiram proveito próprio de informações privilegiadas sobre o mercado?) Ser talentoso sem ter uma atitude saudável na vida é como um carro de Fórmula 1 com os pneus carecas — rápido nas retas, mas perigoso nas curvas. A vida tem a ver acima de tudo com essas curvas, algumas delas bastante acentuadas.

Quer seu filho seja superdotado quer não, você pode prepará-lo para a vida concentrando-se nas

atitudes dele, não nas realizações.

MITO N.º 7: “COLOCAR OS FILHOS CEDO NA ESCOLA
DARÁ A ELES UMA VANTAGEM EXTRA”

Seu filho é um “passarinho azul”?

Passarinhos azuis sabem as cores e podem recitar todo o alfabeto. Conseguem contar de um a dez em espanhol com seus personagens favoritos da Vila Sésamo e voar de palavra em palavra em seu livro favorito. E, se esse passarinho azul faz aniversário na primavera, academicamente pode parecer que faz sentido começar a escola um ano antes.

Por favor, não faça isso.

Se o ensino formal é o motivo mais importante para colocar seu filho cedo na escola, provavelmente você está prestando a ele um desserviço. Social e emocionalmente, seu filho pode não estar pronto. Quando confrontado com a opção de fazer que uma criança seja a mais nova ou a mais velha no jardim de infância, eu prefiro que seja a mais velha em 90% dos casos.

Essa decisão nem sempre faz diferença na hora.

Pode não compensar até que o currículo mude significativamente — no quarto ano, por exemplo, quando a quantidade de lição de casa realmente aumenta muito — ou quando o corpo da criança começa a mudar no segundo segmento do ensino fundamental. Não matricular as crianças cedo na escola pode fazer uma tremenda diferença positiva na vida delas, especialmente no caso de meninos.

A puberdade é aquele período em que as garotas podem tuitar sobre casar-se com o professor de educação física, enquanto os meninos ainda se relacionam com a professora de português como se fosse a mãe deles. Sabemos há mais de meio século que as meninas amadurecem mais rápido que os meninos. Dar a seu filho um ano extra para que o corpo dele se desenvolva pode ser um poderoso construtor de confiança quando chegar à adolescência, especialmente se ele tem interesse em esportes.

Note que eu disse “construtor de confiança”, não “dar a ele uma chance melhor para ser um zagueiro

de futebol americano estreante no estádio Rose Bowl”. Os aspectos emocionais e sociais do desenvolvimento de seu filho são muito mais importantes do que ele ser primeiro ou segundo em *qualquer coisa*. Em vez de apressá-lo para a Universidade dos Bebês aos 3 anos, mantenha-o em casa, ame-o e brinque com ele. Quando chegar a hora da escola, ótimo; aprender é importante. Mas não apresse seu filho para crescer. Isso vai acontecer bem mais rápido do que você imagina.

MITO N.º 8: “NO MUNDO COMPETITIVO DE HOJE, É
IMPORTANTE
QUE A CRIANÇA CHEGUE PRIMEIRO”

Quando eu tinha 12 anos, consegui entrar no time local das estrelas da Little League. Eu jogava na terceira base — o “canto das feras”. O problema é que eu não era tão fera assim.

Mesmo assim, sentia-me como se estivesse no céu quando nosso time jogava com as grandes equipes de outras cidades. Mas houve um jogo que não foi uma experiência celestial.

Na segunda metade do último tempo de ataque, estávamos na frente por um *run*, com um *out* para terminar. Com os corredores de base do outro time na segunda e terceira bases, nosso treinador decidiu mudar alguns jogadores de lugar. Eu passei da terceira base para a primeira.



Considerações sobre a escola +

O batedor final acertou uma bola rasteira para meu substituto na terceira base. Como o corredor de empate deles cruzou a última base e o corredor que venceria o jogo estava perto da terceira, o jogador na terceira base pegou a bola e atirou-a para mim. Tudo o que eu tinha de fazer era pegá-la, e o jogo terminaria.

Eu deixei a bola cair.

O corredor vencedor deles atravessou a base. Nosso time perdeu — ou, mais precisamente, eu

perdi o jogo por nós.

O outro time foi à loucura, enquanto o nosso assistia com pasma descrença.

Comecei a chorar discretamente.

Ainda me lembro das palavras ecoando em minha cabeça: “Ei, idiota, tudo o que você tinha de fazer para ganhar o jogo era pegar a bola!”.

É uma lembrança vívida.

Mas o que o treinador fez em seguida permanece de maneira ainda mais vívida.

Conforme nosso time lentamente se alinhou para o lado da terceira base, onde ficava nosso abrigo, meu treinador caminhou até o lugar onde eu estava. Ele colocou o braço a minha volta e então atravessou o campo comigo de volta.

“Ursinho”, ele disse, usando meu apelido da época, “sem você nós não teríamos chegado tão longe”.

Aquelas palavras, e o braço dele a minha volta, fizeram toda diferença do mundo. Ele poderia ter me arrasado emocionalmente. Em vez disso, me deu

um raro presente de confiança e perspectiva.

A maioria de nós descobre cedo que nem sempre chegamos em primeiro lugar. Uma das lições mais importantes que uma criança pode aprender é como chegar em *último*, como vivenciar e aprender com o fracasso, uma vez depois da outra, porque a vida é cheia dele.

Infelizmente, muitos pais sentem que sua responsabilidade primordial é testar os limites da capacidade de seu filho, para ver se ele pode ser o próximo Shaun White ou se sua filha será a próxima Shawn Johnson.^[3] Mas é muito mais importante preparar seus filhos para conviver com as limitações que possuem do que dar a eles uma expectativa de sucesso contínuo.

Vencer jogos em grandes campeonatos não é o que faz de nós quem somos. O que nos faz quem somos é o modo como voltamos para a base de rebatidas da vida depois de um *strike out*, ou seja, depois de rebatermos errado três vezes. As coisas não acontecerem do nosso jeito, ou não estarmos o

tempo todo por cima da carne seca, não é a pior coisa do mundo. Isso pode nos ensinar humildade — o tipo de coisa de que seu filho ou filha pode precisar um dia, quando for casado e tiver de colocar os sentimentos do cônjuge em primeiro lugar.

MITO N.º 9: “AS CRIANÇAS PODEM FAZER QUALQUER COISA, DESDE QUE SEJAM PROGRAMADAS PARA ISSO”

Se você colocar na cabeça que vai fazer determinada coisa, pode obter ótimos resultados — isso é verdade. Mas, não importa quanto eu tente, você não verá este ser de mais de 60 anos liderar a equipe de trenó de quatro homens nas próximas Olimpíadas de Inverno. Você *não consegue* fazer qualquer coisa só porque colocou isso na cabeça.

Parece óbvio, eu sei. Mesmo assim, esse princípio é fácil de ser esquecido, especialmente quando se trata de seu filho. Por mais que ele tente com afínco, nunca será capaz de atingir certas metas. Um bom pai reconhece as limitações de uma criança e não a pressiona com expectativas irreais.

Por exemplo, muitas crianças adoram cantar e se imaginam arrasando no palco como o artista mais atual, mais talentoso. Mesmo assim, apenas alguns terão a voz e a oportunidade de ser bem-sucedidos nessa profissão. Na verdade, quem canta como eu não terá chance nem no coro da igreja, muito menos no Madison Square Garden.



Redefinindo sucesso +

Isso significa que sua filha vai deixar de *gostar* de cantar? Dificilmente. Significa que você não deve apoiar o desejo dela de cantar no coral da escola? Decididamente não. Mas também significa que ela provavelmente não vai ganhar a próxima disputa do programa *American Idol* ou um disco de platina. (Apesar de que, ouvindo algumas músicas de hoje, posso abrir alguma exceção nesse ponto.) Se você coloca esse sonho na cabeça para que seu filho

alcance, está se colocando — e a ele — no caminho da frustração.

Infelizmente, muitas adolescentes sofrem com a imagem que têm do corpo e sucumbem à anorexia nervosa ou à bulimia porque tentam com muito afínco conseguir o “corpo perfeito”, como os que ela vê em revistas e filmes. Mas dê uma olhada a sua volta em um dia normal no *shopping center*. Quantas pessoas andando por aí têm um corpo perfeito? Apesar disso, já vi mães pressionarem as filhas a se tornarem modelos (mesmo quando elas não têm a menor chance). Não seria muito melhor explicar às meninas que o corpo perfeito que elas veem foi esculpido durante horas por treinadores, cabeleireiros e maquiadores, por tentativas incontáveis de conseguir o ângulo correto da câmara, por inúmeras sessões de foto e muito retoque no computador. Mesmo as modelos mais deslumbrantes têm uma espinha de vez em quando. A maquiagem pode fazer maravilhas por qualquer um.

Um bom técnico com uma perspectiva saudável de vida pode dizer se seu filho tem um talento natural para se destacar em determinado esporte. O pai do consagrado jogador Mark McGwire o manteve longe do beisebol organizado até ele ter 12 anos — e então Mark fez um *home run* em sua estreia como bateador! A maioria dos verdadeiros prodígios no esporte, o tipo que realmente pode viver de seu jogo, demonstra seu talento cedo. Mesmo que seu filho seja o melhor jogador do bairro, ele literalmente terá de concorrer com o mundo para jogar profissionalmente. Seja realista e enfatize o caráter acima das habilidades.

Na área dos esportes, procure treinadores que compartilhem essa visão. O excesso de entusiasmo de alguns mentores precisa ser temperado com a realidade, especialmente se eles estão tentando fazer que seus próprios sonhos sobrevivam nos garotos que treinam. (Hum... Soa um pouquinho como nós, pais, não é?)

No caso da vida acadêmica, algumas crianças

simplesmente não são capazes de ser estudantes nota 10, não importa quanto tentem. Ainda assim, muitos pais exigem notas máximas de seus alunos nota 7, porque sem elas o filho não consegue entrar nas faculdades de maior prestígio.

Esses pais se preocupam o tempo todo com o desempenho dos filhos. Eles veem as notas como reflexo não só do valor da criança, mas também de seu próprio. É importante lembrar que notas são apenas uma medida do que um aluno foi capaz de realizar na sala de aula. Elas podem não indicar sequer se eles estão aprendendo.

Algumas das melhores cabeças da história não se deram bem na escola. Diretores escolares achavam que Albert Einstein era uma verdadeira toupeira. Você pode imaginar a professora do pequeno Albert espiando por cima do ombro dele?

“Albert, Albert, o que você está fazendo? Você deveria estar praticando o be-a-bá. O que é esse E , e esses m e c ? E por que você está usando números? Albert, vou ligar para a sua mãe hoje à tarde!”

Seu Q.I. não quer dizer muito se a questão é se você vai ou não fazer diferença no mundo aos olhos de Deus. O amor é a maior medida.

Nem toda criança será a lâmpada mais brilhante da árvore de natal.

MÉDIA NÃO É PALAVRÃO

“Meu filho tem tanto potencial.”

“Queremos ajudar nossa filha a avançar.”

“Estamos dando a nossos filhos as oportunidades que nunca tivemos.”

Uau! Essas afirmações soam nobres, não é? Remetem a grandes aspirações! Que pais não gostariam de fortalecer a confiança de seus filhos e de vê-los bem-sucedidos? Mas, se sua forma de criação se baseia nesses motivos, você pode estar pressionando seu filho para o seu próprio bem, não para o bem dele.

Se o boletim de seu filho só tem notas A, mas essas notas são obtidas ao transformar a sala da família em uma escola noturna, você deveria pensar

melhor. Às vezes brinco que vou visitar uma feira de ciências da escola para procurar um projeto que realmente tenha sido feito pela própria criança. A maioria dos projetos é feita pelos pais, que, por sua vez, querem fazer melhor do que os outros pais da classe — e conseguir os afagos positivos resultantes. É como se os próprios pais e mães estivessem sendo avaliados, de modo que eles esperam ter um boletim assim para pregar na porta da geladeira: “O sr. e a sra. Cortes são um absoluto deleite para se ter além da classe! A+++!”.

Grandes expectativas podem pressionar as crianças demais e de maneira muito rápida para que façam o que elas não são capazes de fazer, de jeito nenhum. E aí, como você acha que elas vão se sentir? Um fracasso. Não é de admirar que tantas crianças estejam simplesmente deixando seus pais arrastá-las pela vida, até que estejam prontas para se lançarem para fora de casa. Esse é o jeito mais fácil.

Muitos pais começam a pressionar seus filhos cedo na vida para que se tornem “acima da média”,

como se estar acima da média logo cedo garantisse que o pequeno Félix ou a Felícia estarão acima da média a vida inteira. Não é assim. Sempre haverá alguém para superar o Félix ou a Felícia.

Eis a realidade: no momento em que a maioria de nós chega aos 20 anos, alguns estarão acima da média, alguns estarão abaixo da média e a grande maioria estará exatamente no meio. Mas, no final, isso realmente importa tanto? Onde nós estaríamos sem balconistas de supermercado, médicos, fazendeiros, pedreiros e outros? O mundo precisa de pessoas diferentes desempenhando papéis diferentes. Como seria chato — e frustrante — se todos nós estivéssemos tentando ser a mesma coisa e fazer o mesmo trabalho.

O desenvolvimento humano não é uma corrida; não tem a ver com quem chega primeiro! O caráter exige amadurecimento e, na verdade, não é verificado até sermos adultos. É bem possível que eu consiga reunir centenas de crianças que queriam agradar à multidão, mas que acabaram na cadeia.

É tão tentador, independentemente da idade de seu filho, jogar o jogo do “Mas o meu filho...”. Mas resista a isso, para o seu próprio bem e especialmente para o bem dele.

Não olhe para outras crianças a sua volta para ver como a sua está se saindo... Ou deveria estar. Se fizer isso, estará dizendo algumas coisas a ela:

1. Você não é boa o suficiente.
2. Você nunca será boa o suficiente.

E também estará revelando um segredo que ficaria melhor se guardado para si. Qualquer criança com inteligência normal vai perceber sua motivação tensa e pensar: “Ah, entendi. Papai realmente valoriza isso. Acho que vou assumir isso como um projeto pessoal!”. Se sua vida se resume a ser um pai perfeito, que cria filhos perfeitos, cuidado. Os filhos possuem uma compreensão intuitiva e bastante acurada do que queremos que eles façam, e os mais determinados vão competir com você em pé de igualdade.

“Ah, então a mamãe não quer ficar constrangida no almoço de hoje, né? Sei exatamente o que fazer para conseguir aquele *skate* que eu estava querendo...”

Você perde demais caso se deixe fugar pelo jogo do “meu filho pode fazer qualquer coisa”. Seu primogênito nunca será tão pequeno como é hoje. Lembro-me de segurar minha quarta filha, Hannah, que pesava 2,25 quilos quando nasceu. Ela cabia em uma mão, e eu ficava dizendo a mim mesmo: “Pesco tilápias desse tamanho com frequência!”.

Talvez porque eu tivesse criado três filhos que já estavam quase adultos quando Hannah chegou (em outras palavras, aprendi a selecionar minhas prioridades e relaxar), fui capaz de curtir-la o tempo todo. Eu a amava com 2 quilos; eu morria por ela com 12 quilos. Nunca deixei de adorá-la, mesmo quando ela pareceu empacar em 27 quilos durante dois anos; e a amava quando ela chegou aos 45 quilos. Quando ela se casou, eu chorei. Se ela tiver um bebê um dia, sei que vou amá-la com seus 70

quilos quando ela estiver no nono mês de gravidez (apesar de ter certeza de que ela vai me dar um rápido chute no traseiro se eu chegar a mencionar seu peso nessa fase)!

Curta seu filho em vez de compará-lo com os outros. É como cultivar jacintos: plante a semente, espere um pouco, mantenha seus olhos focados em seu filho, aproveite o primeiro brotinho e, então, deixe-se ficar enamorado com a beleza do que vier no final, vinte anos depois.

Nunca vou me esquecer, quando Hannah era jovem, de fingir que nós dois estávamos dançando no casamento dela. Como os dias voaram desde então, não só com Hannah, mas com todos os meus filhos.

Eu me recuso a permitir que uma simples lembrança, ou momento, seja roubada pela comparação de meus filhos com seus amigos, ou qualquer outra pessoa. Francamente, não me importo com que amigo é 5 centímetros mais alto, 30 segundos mais rápido na corrida de 500 metros

ou 20 pontos mais alto no teste de Q.I.. De todas as crianças do mundo, incluindo famosos *pop stars*, atores, escritores, âncoras de telejornal, ou quem quer que seja, eu escolheria Holly, Krissy, Kevin II, Hannah e Lauren 100% das vezes.

Em longo prazo, o que seu filho *não consegue* fazer não importa. *Quem ele é* diz tudo.

Boa pergunta!

Em que áreas você está pressionando seu filho além da capacidade real dele? Como você pode ajustar suas expectativas?

Como desestressar a vida de seu filho

- Não jogue o jogo do “Mas o meu filho...”.
- Coloque o sucesso na perspectiva adequada.
- Concentre-se na atitude acima das realizações.
- Não apresse o processo de crescimento.

O que você tem na carteira?

A maneira como gasta seu tempo e dinheiro revela muito sobre suas prioridades.

Todo mundo quer um pedaço do sonho americano: torta de maçã, Chevrolet e... Disneylândia.

Não é de admirar que a Walt Disney Company começou a levar ao ar em 1987 comerciais que promoviam a Disneylândia e o Disney World após as partidas do torneio de futebol americano Super Bowl. Eles mostravam um dos grandes jogadores da NFL[1] respondendo à pergunta “O que você vai fazer agora?” gritando “Vou para a Disneylândia!”, enquanto comemorava a vitória do time logo depois do jogo final do campeonato.

Bem, eu não quero implicar com o Mickey Mouse injustamente, mas quando você leva seu

filhinho de 3 anos à Disneylândia, compra orelhas de Mickey para ele, uma camiseta do Pateta, uma espada do Aladin, pijamas do Rei Leão e óculos escuros do Pato Donald, e empurra um carrinho do comprimento do estado da Califórnia, não se surpreenda se à meia-noite você esfregar seus pés doloridos e concluir que aquele talvez tenha sido o pior dia de sua vida.

As crianças não precisam de metade das coisas que damos a elas.

Darrell estava louco para dar a sua primeira filha tudo o que ela queria. Um dia, quando foi buscá-la na casa de uma amiga, viu que ela adorou brincar com um brinquedo musical de puxar, em formato de centopeia. Jessica, de 6 meses, na verdade parecia fascinada por aquilo.

No dia seguinte, voltando do trabalho para casa, papai foi à loja de brinquedos do *shopping* e encontrou a centopeia. Que pechincha! Custava apenas 12 dólares. Apesar de isso significar que ele teria de cortar alguns itens da lista de compras de

supermercado que também estava fazendo, Darrell comprou o brinquedo. Ele queria que a filha fosse feliz.

Imagine a decepção dele quando chegou em casa, tirou o brinquedo da caixa, colocou-o no chão e acionou o mecanismo para começar a música.

O que Jessica fez? Ela passou direto pela centopeia e começou a brincar com a caixa.

“Olha, Jessie”, disse o pai. “Olha a centopeia.” Ele balançou o brinquedo para atrair o máximo da atenção dela. “É exatamente igual ao que você viu ontem.”

Mas a bebê não deu a mínima. Ela estava tão fascinada pela caixa que nem olhava para a centopeia musical.

Para piorar, a esposa de Darrell teve um chique quando chegou em casa. Embora 12 dólares possam não significar muito, Darrell e a esposa tinham um orçamento realmente apertado. A empresa em que ele trabalhava estava passando por uma grande mudança, e suas horas tinham sido cortadas quase

pela metade, então, a esposa havia começado a trabalhar meio período para que o dinheiro chegasse até o fim do mês.

E sabe quanto ela ganhava por hora? Menos do que o valor do brinquedo.

Quando descobriu que o marido tinha comprado o brinquedo, sabe no que ela pensou em primeiro lugar? No tempo extra que teria de ficar longe da filha para pagar a pequena centopeia, ou em devolvê-la à loja.

Tudo o que a bebê Jessie queria era a caixa.

E tudo o que ela realmente precisava era o tempo e a atenção dos pais.

“NÃO SE MEXA! ISSO É UM ASSALTO!”

Antes que o primeiro aparelho de televisão chegasse a nossa cidadezinha no oeste de Nova York, nos idos de 1940, o rádio era o rei. Um dos programas mais populares daquele tempo era o *show* de comédia de Jack Benny. Em 28 de março de 1948, ele levou ao ar “Seu dinheiro ou a vida”, um dos

mais engraçados e famosos esquetes já produzidos. Nesse episódio, o personagem pão-duro de Benny era roubado.

— Não se mexa — exigiu o assaltante. — Isso é um assalto!

— O qu...?

— Você ouviu!

— Senhor... Senhor, abaixe essa arma!

— Cale a boca! Agora, vamos lá. O dinheiro ou a vida!

Levou apenas um segundo ou dois para a plateia do estúdio, que conhecia o dilema do avarento personagem de Benny, começar a rir.

Exasperado, o ladrão grita:

— Olhe, cara, eu disse, seu *dinheiro* ou a *vida*!

— Estou pensando — devolveu Benny.

Por mais engraçado que seja, a resposta de Benny reflete a triste verdade de como muitos de nós agimos quando somos confrontados com a escolha entre *nosso dinheiro* — nossa casa, carro, férias — e a *vida* — nosso bem-estar físico e

emocional e nossos relacionamentos com os membros da família. É difícil abrir mão do dinheiro, de empregos excessivamente exigentes que vão nos levar ao topo, ou de estilo de vida mais rico do que precisamos — mesmo quanto o custo pode ser nossa família.

Aqui vai uma ótima maneira de descobrir o que mais importa para você. Folheie os espaços de meia hora em sua agenda, seu BlackBerry ou calendário. Confira então os canhotos de seu talão de cheques. De repente suas prioridades se tornarão muito claras. Se você se visse diante da escolha entre seu dinheiro ou a vida, ficaria ali parado, como Jack Benny, gritando: “Estou pensando!”?

As pessoas que têm algum dinheiro para torrar geralmente encontram formas de gastá-lo.

BEBÊS DE GRIFE

Madonna teve um. E também Sarah Jessica Parker, Celine Dion, a modelo de roupas de banho Elle Macpherson e Gwyneth Paltrow.

“Um” é o Silver Cross Kensington Pram (um nome cheio de onda para um carrinho de bebê) vendido no varejo por meros US\$ 2.200.

Meu primeiro carro custou um décimo disso! E me levou a mais lugares do que um carrinho de bebê jamais poderá ir.

Você pode equipar esse carrinho com um saco para fraldas estiloso da Louis Vuitton, vendido por US\$ 1.070, ou com uma versão da Prada, pela quantia mais modesta de US\$ 820.

Ui, será que os pais que estão desembolsando essa grana se dão conta do que vai *dentro* dos sacos para fraldas?

Quando David Letterman finalmente se tornou pai, Madonna mandou para o bebê um par de sapatinhos de lã de carneiro da marca Little EDA. É bom que esses sapatinhos costurados à mão mantenham os pezinhos bonitos e confortáveis, já que a pessoa se vê com menos US\$ 158 no bolso — em troca de um par de sapatos que, provavelmente em dois meses, não vai mais servir para o bebê.

Se você *realmente* quiser esbanjar, porém, pode fazer como o ator Chris O'Donnell, que desembolsou US\$ 4.599 por uma casinha em forma de bangalô de dois andares da marca Storybook. Essa casinha custa mais do que a casa em que eu cresci! A estrela do basquete Jason Kidd foi ainda mais longe: ele e sua esposa compraram um posto do corpo de bombeiros (US\$ 5.699) e uma Mansão Algodão-Doce (US\$ 8.299).[\[2\]](#)

De maneira geral, as famílias em nossa cultura ocidental são abastadas. Sim, eu reconheço que você provavelmente pode contemplar a escadaria da ascensão econômica e ver pelo menos algumas pessoas em um patamar acima do seu. Mas se não está cozinhando sua 87ª variação de feijão com arroz, e se tem um teto sólido sobre a cabeça e roupas decentes no corpo, você faz parte da alta roda da história humana em termos de riqueza.

Jovens, é claro, quase nunca apreciam essa verdade.

— Pai — perguntou minha filha Lauren certa

tarde, quando fui buscá-la na escola. — Estou com muita fome. Podemos parar no Burger King?

— Claro — eu disse.

Fizemos um retorno e pegamos um *cheeseburger* duplo, batatas fritas e ainda um sorvete de cereja para finalizar.

— Sabe, Lauren — disse enquanto saíamos do estacionamento — quando eu era criança, jamais *imaginei* meu pai indo me buscar na escola, porque íamos a pé.

— Eu sei — ela disse entre mordidas de *cheeseburger*. — Mais de um quilômetro e meio.

— Exatamente — eu disse. — Mais de um quilômetro e meio.

— Ladeira acima *e* na neve, papai — ela acrescentou.

— É isso mesmo! Ladeira acima, na neve!

Tenho certeza de que todos os meus filhos já cansaram de ouvir essa história de seu velho e querido pai, mas compartilho-a com frequência para enfatizar um ponto. Esse passeio depois da escola

realmente teria sido inconcebível para mim quando eu era pequeno. Como muitas famílias da época, a minha era pobre. Eu me lembro de cortar cachorros-quentes na metade para fazer a refeição durar. Minha ideia de boa vida era ir a um jogo de basquete escolar na sexta à noite com meus pais e depois a um restaurante chamado Colonial House para comer um hambúrguer de 30 centavos e um *sundae* com cobertura de 20 centavos.

Todavia, há uma vantagem em crescer sem ter tudo que seu coração deseja. Você passa a apreciar as pequenas coisas.

Hoje, o mundo é um lugar diferente. Muitos de nós medimos nosso valor pelo ano e modelo de nosso carro, pela metragem e localização de nossa casa e pelas grifes das roupas de nossos filhos. Mesmo as horas que dedicamos ao nosso emprego e atividades servem de medida do sucesso.

O problema não é o dinheiro... Não exatamente. Precisamos de comida, abrigo e roupas para sobreviver. Na maioria de nossas comunidades, é

difícil se virar sem um carro, e é bom desfrutar de vez em quando de alguns confortos da cultura contemporânea. O problema é o nosso apetite por posses e a distância que percorremos para melhorar nosso estilo de vida, geralmente à custa do tempo passado com nossa família.

VOCÊ TEM AQUILO PELO QUE PAGOU

Quando nossa primeira filha, Holly, tinha 18 meses, Sande e eu fomos comprar um par de sapatos de verniz para combinar com o lindo vestido vermelho e as meias brancas dela. Quando o vendedor encontrou exatamente o que queríamos, chegou a hora de fazer a pergunta que me perturbava por dentro, aquela impressa no DNA masculino:

— Quanto custa?

— Trinta e dois dólares — respondeu o balconista.

Meu queixo caiu. A quantia de 32 dólares parecia um ótimo preço para uma TV nos idos de 1974, mas não para um par de sapatos. Não eram, afinal,

sapatinhos de rubi de verdade. Naquele momento os sapatos voaram para longe de Holly mais rápido do que você poderia bater os calcanhares e dizer: “Não há lugar como o lar”.[\[3\]](#)

Creio que poderíamos ter apertado um pouco nosso orçamento, comprado os sapatos e trabalhado um pouco mais para pagá-los. Entretanto, passar mais tempo no escritório para arcar com um par de sapatos de verniz — ou um carro mais luxuoso ou uma casa, o que quer que seja — não era o que valorizávamos na época e não é o que valorizamos ainda hoje.

Se tiver que escolher entre sapatinhos de verniz e mais tempo de diversão em casa com meus filhos, vou optar por esse tempo juntos em qualquer ocasião.

Aquele calçado foi simplesmente um pequeno exemplo de como cada decisão que se toma vem com uma etiqueta de preço. A questão financeira é apenas o começo e geralmente nem é a que custa mais. Se você troca filhos criados em casa por bens

comprados na loja, terá aquilo pelo que pagou — o que pode incluir uma sala de estar cheia de cacos esquecidos de seu tempo e energia.

QUAL O “CUSTO REAL”?

Quando você deixa US\$ 1.200 no balcão de uma loja de materiais esportivos em troca de um conjunto novo de tacos de golfe, isso pode parecer um grande negócio. Mas você não está simplesmente tirando centenas de dólares de seu orçamento recreativo. Está declarando sua intenção de passar um tempo balançando esses tacos com amigos, colegas de trabalho e clientes. Está comprando noites de quinta-feira na área de treinamento de golfe e manhãs de sexta e tardes de sábado junto aos nove buracos finais do campo.

Qual o custo real disso? Talvez US\$ 1.200 mais US\$ 200 por hora, o que equivale a quem sabe quantas oportunidades perdidas de ver seus filhos crescerem.

Dezoito anos podem parecer uma eternidade.

Mas, se seu filho tem 6 anos, você já está a um terço do caminho do tempo que tem para criá-lo. Se ele tem 9 anos, metade de seus dias juntos se passaram. O tempo realmente voa quando você está lá fora se divertindo. Se não tomar cuidado, esses anos que seu filho mais quer passar com você vão voar mais rápido do que uma bola de golfe atingida por um taco de titânio.

Conheço um assistente de diretoria de uma escola de ensino fundamental que leva esse desafio muito a sério. Atualmente com quase 40 anos, ele decidiu que quer correr maratonas. (Por que uma pessoa iria querer fazer algo tão estúpido quanto correr 42 quilômetros sem parar é algo que escapa a minha compreensão. Se eu desejasse um sofrimento desse, eu lhe daria um porrete e diria para bater com ele na minha cabeça. Basta olhar para minha forma para saber por que digo isso. Minha maratona particular está mais para lambiscar uma fatia — ou duas, ou três — de torta de abóbora sentado na minha cozinha.)

Como treinar para maratonas exige muitas horas, e ele tem filhos pequenos, perguntei:

— Quando você corre os percursos longos?

— É um pouco constrangedor — ele respondeu.

— Vamos lá, me diga.

— Eu acordo às 3h20 e corro antes de ir para o trabalho.

— Então durante todo o tempo que você corre ainda está escuro?

— É. Eu tenho uma lanterna de cabeça. É que não tem como eu chegar em casa do trabalho às 17 horas e dizer para os meus filhos: “Desculpem-me, mas o papai vai ter de sair de novo por uma hora e meia”. Se eu quero correr, tem de ser antes do trabalho.

— E quando você dorme?

— Vou para a cama quando as crianças vão. Pode parecer meio bobo um homem adulto ir para a cama às 21 horas, mas é o que funciona melhor para a minha família.

Não tem nada de bobo aí. Na verdade, acho

maravilhosamente animador. Esse homem valoriza tanto seu lar e sua família que, em vez de tentar moldar a família em torno de seu *hobby*, está disposto a submeter seu *hobby* em favor do desenvolvimento de sua família.

Veja só, a vida tem tudo a ver com considerar o custo real — como gastamos nosso dinheiro, como gastamos nosso tempo. Caçar ou pescar, escalar ou jogar podem ser fontes de divertimento para você e seus amigos, e todo mundo precisa mesmo de um tempo uma vez ou outra. Mas o pai inteligente, como esse assistente de diretoria, sabe que essas horas precisam ser contrabalançadas com muito tempo dedicado ao cônjuge e aos filhos.

Se você, como muitas pessoas, é mais voltado para o material do que inclinado a atividades, precisará ser ainda mais cuidadoso. Sabe aquela casa nova com o jardim maior que você simplesmente “tem” de ter? Já pensou no tempo exigido para limpar os quartos extras e manter o jardim? É, você pode contratar alguém para limpar ou um jardineiro,

mas então terá despesas equivalentes a dois meses normais, o que vai exigir que se empenhe ainda mais para trazer dinheiro para casa.

O mesmo princípio se aplica quando você compra um carro novo a prazo. Ouvi falar de famílias com uma renda anual de US\$ 50 mil que compram uma minivan por US\$ 25 mil. Elas não têm o dinheiro à vista; então, depois de pagar com juros (pelo menos outros 10 mil dólares) e cobrir os impostos, licenciamento e todas essas coisas, elas gastam quase toda a renda de um ano inteiro para comprar um veículo! Você realmente quer passar oito horas por dia, cinco dias por semana, longe de sua família durante nove ou dez meses apenas para comprar um carro novinho em folha? Isso *realmente* é um bom negócio?

Não existe uma lei que diga que você precisa de uma minivan nova — ou de uma nova cobertura de garagem — só porque outras famílias estão adquirindo esse tipo de coisa. E o que é mais importante no longo prazo: comprar mais que seus

vizinhos ou ver um sorriso no rosto de seu filho quando você monta uma barraca no quintal e dorme lá fora para olhar as estrelas? Aposto qualquer coisa que esses vizinhos gostariam de fazer o que você faz em vez de passar com dificuldades por uma pilha de contas extras todo mês.

O dinheiro pode comprar muitas coisas, mas há duas coisas importantes que ele jamais pode comprar: felicidade e relacionamentos duradouros. Esses dois itens “de ouro” manterão o valor por muito mais tempo do que qualquer coisa que possa envelhecer ou enferrujar.

O QUE VOCÊ FAZ GRITA TÃO ALTO QUE EU NEM CONSIGO
OUVIR O QUE ESTÁ DIZENDO!

Você sabia que suas ações *sempre* falam mais alto do que suas palavras? Na verdade, não só falam, mas gritam *acima* de suas palavras? As atitudes que você tem em relação a bens, tempo e dinheiro influenciam fortemente a visão de seus filhos sobre essas coisas.



Seja um comprador inteligente!

+

O que seu estilo de vida atual diz sobre sua visão em relação ao dinheiro?

Já ouviu o conhecido dito dos anos 1980: “Quem morrer com mais brinquedos ganha”?[4]

Mas a pergunta que não quer calar é: ganha o quê? Mais brinquedos para empilhar no túmulo?

Não são muitas as pessoas que, no leito de morte, solicitam: “Por favor, todos vocês, com licença um instante. Eu gostaria de ficar alguns minutos sozinha com minhas joias”. Ninguém pede para segurar aquele conjunto de tacos de golfe pela última vez, ou para dar uma última olhadinha no carrão importado encerado e polido. Bens materiais não velam seu sono ao lado da cama quando seu fim está próximo; nem choram com você a sua dor, ou

riem das histórias compartilhadas.

Menciono isso porque as famílias com “dinheiro para torrar” podem estar em alto risco de confundir prioridades, simplesmente porque podem bancar essa atitude. Quando você tem dinheiro sobrando, as tentações são abundantes. Paulo, um homem sábio de muito tempo atrás, disse que “o amor ao dinheiro é a raiz de todos os males” (1Tm 6.10). E ele estava certo.

Note que ele não disse que o *dinheiro* é ruim; ele disse que o problema é o *amor ao dinheiro*. Todo mundo precisa de dinheiro para sobreviver — para comprar comida e garantir abrigo e roupas. É quando o dinheiro se torna algo que amamos e usamos para preencher outras necessidades na vida — como nossa necessidade de amor e relacionamentos — que se torna um viveiro de problemas.

As tentações parecem bastante inofensivas. Você pode ter condições para que seu filho se envolva com a atividade que inventar para ele, de aulas

particulares de francês na pré-escola até aulas de ginástica três vezes por semana para seu bebê de 1 ano e meio, ou aulas de violino Suzuki com um mestre para seu filho de 4 anos.

Você se admira de que cenas como as seguintes aconteçam com frequência, especialmente em bairros de classe média ou mais ricos?

Uma mãe chocada ouviu de longe um amigo que visitava seu filho dizer: “Cara, você realmente deve ser pobre. Você não tem nem um andar de cima ou um porão”.

Uma menina de 10 anos trouxe uma amiga para passar o dia e dormir em sua casa por uma noite. À noitinha, elas estavam cansadas e decidiram assistir a um filme. Depois de um tempo, porém, a amiga cruzou os braços indignada e disse: “Vou para casa. Não consigo assistir a isso. Não é uma TV de tela grande!”. Então ela telefonou e pediu para a mãe vir buscá-la.

As crianças são moldadas pelo ambiente que os pais estabelecem. Se seus filhos só conhecem privilégios, terão muito pouca paciência para se “sacrificar” assistindo a uma televisão de 27 polegadas e nem passará pela cabeça deles quanto é indelicado levantar-se e ir embora.

Suas ações de fato falam mais alto que as palavras. Como você reage quando seu filho de 3 anos acidentalmente derrama um *milk-shake* de morango no interior de seu carro novo? Ou quando sua filha de 16 anos amassa o para-choque do mesmo carro dois dias depois?

Como você se sente em relação ao dinheiro também fala em alto e bom som para seus filhos sobre o valor que eles têm comparado a como você trata seus bens.

SEU FILHO DEVE TRABALHAR?

Servir de modelo com uma ética profissional equilibrada e disciplinada vai ensinar seus filhos pelo exemplo. Mas e quanto aos empregos depois da

aula? Eles também não são necessários para preparar as crianças para o mundo “real”?

Muitos pais encorajam seus filhos no ensino médio a trabalhar fora para ajudar a pagar as roupas, *games*, viagens e faculdade. Esses pais querem ensinar a seus filhos o valor do dinheiro e a disciplina do trabalho duro. Porém, acredito que há coisas mais importantes durante o ano escolar nas quais um jovem de 16 anos deve se concentrar: os estudos, o trabalho em casa, as amizades e o tempo com a família.

O dia de trabalhar fora chegará muito rápido. Nesse meio-tempo, os jovens podem aprender o valor do dinheiro ajudando a preencher os cheques para pagar as contas da família e administrando a mesada. Entendo a realidade econômica que muitas famílias enfrentam hoje e sei que muitos jovens precisam trabalhar no verão para ajudar a pagar a faculdade e outras despesas. Mas, durante o ano letivo, a maioria deles tem coisas o bastante acontecendo, mesmo sem ter um emprego durante o

ano todo.

Veja por este lado: Sande e eu poderíamos ter deixado Hannah preparar hambúrgueres e ganhar 6 dólares por hora trabalhando em turnos de cinco horas, para ganhar meros 30 dólares. Ou, em vez disso, podíamos passar uma tarde juntos como família — talvez assistindo a um filme, fazendo uma caminhada ou passeando de carro, comprando um sorvete ou até limpando a casa ou preparando juntos o jantar. No final do dia, eu ao menos consideraria negociar o tempo em família por 30 paus?

Sem chance.

TEMPO EQUIVALE A DINHEIRO?

O dito “tempo é dinheiro” pode ser verdadeiro nos negócios, mas, quando se trata da vida em família, tempo simplesmente não é tão bom quanto ouro; é melhor. Você pode cobrar 200 dólares por hora de seus clientes no escritório, mas o valor dessa hora passada com seus filhos não tem preço.

A melhor coisa que você pode dar a seus filhos

não é uma *mountain bike*, roupas de grife e um carro novo aos 16 anos. O que eles querem e necessitam é o seu *tempo*. Tempo para brincar juntos. Para rir juntos. Tempo para que as perguntas e dificuldades deles sejam ouvidas. Tempo para que vocês simplesmente vivam a vida juntos.

Ricos ou pobres, todos recebemos a mesma quantia de tempo por dia. Você não pode comprar mais. Nem ao menos pode economizá-lo. Você só pode gastá-lo de maneira distinta.

A questão é: como você vai passar as 24 horas de cada dia? Quanto vai investir no que dura a vida inteira — sua família?

Um dia eu havia acabado de chegar em casa depois de um voo de Nova York para Tucson e ainda estava me sentindo como se alguém tivesse me colocado no ciclo da secadora feito para tirar as rugas dos tecidos.

— Pai, você pode me levar até o *shopping*? — perguntou Hannah.

— Fazer o que no *shopping*? — respondi.

— Preciso de materiais para a escola.

— Claro, eu levo você.

Eu ainda estava fatigado e irritado por causa do longo voo, mas desejava mais estar com minha filha do que deitar no meu travesseiro. Ela havia passado o verão todo trabalhando em um acampamento; eu havia estado em Nova York por alguns dias. E com que frequência um pai tem um tempo com sua filha?

Você não precisa ir longe para descobrir uma coleção absurda de coisas que ocupam seu tempo: correspondência não solicitada, joguinhos no celular, *reality shows* na televisão. Em vez disso, por que não tirar vantagem de oportunidades *imprevistas* com seus filhos? Quando estão juntos no carro, você escolhe ligar o rádio em um debate ou puxar uma conversa? Quando estão à mesa do café da manhã, você pega o jornal ou ouve os furos de reportagem de seu filho? Em uma tarde de domingo, você sintoniza no jogo na telinha ou entra em sintonia com seu filho e vai lá fora bater uma bola?

A pergunta não é tanto “Com que frequência eu

fico com meu filho?”, e sim “Com que frequência eu extraio o melhor de nossos momentos juntos?”. A maioria desses momentos é grátis, ou pelo menos bem barata. Quando fui levar minha mãe de 94 anos de volta à casa de repouso depois de uma visita, perguntei a Lauren se ela queria ir junto. Ela quis.

“Mãe“, perguntei, “você gostaria de parar para tomar um sorvete? Que tal, Lauren?”. O conselho se reuniu, a votação foi unânime, e fizemos um desvio para desfrutar de um tempo extra juntos.

A maior parte da vida é composta de atividades triviais, como fazer compras no supermercado, levar e buscar os filhos na escola, passar no caixa eletrônico do banco, lavar a louça depois do jantar. Mas é fácil esquecer, na agitação das coisas, por que realizamos tais atividades: é por nossos companheiros de viagem na *minivan* da vida.

Esses momentos especiais, espontâneos, podem fazer muito mais por nossos filhos do que desembolsar US\$ 5 mil por uma semana de férias na Disney, onde você fica na fila, paga US\$ 3,50 por

um sanduichinho de sorvete e volta para casa mal-humorado e cansado. Resista à sedução das roupas de grife, dos carros de último tipo, da casa maior que o banco vai financiar e dos destinos de viagem mais badalados. Todas essas coisas devem ficar em segundo plano para que você possa passar tempo com as pessoas que ama.

As crianças enjoam da maioria dos brinquedos. Na verdade, os brinquedos duram quando muito o mesmo tempo que os restos de comida — as crianças perdem o interesse neles mais rápido do que você pode acreditar. Assim que você compra um *video game*, o modelo mais novo e melhor, o anterior está por fora. Então não dê a seus filhos o que eles querem; dê o que eles precisam.

Seus filhos não precisam de mais tralhas. Eles precisam de você. E quanto mais coisas uma criança tem, menos tempo ela costuma passar com mamãe e papai.

Portanto, concentre-se no que é duradouro. Não dê a seus filhos coisas para substituir o tempo com

você. Em vez disso, deixe-os vivenciar a vida *com* você. Isso será muito importante para eles.

Boa pergunta!

Antes de comprar alguma coisa, pergunte-se: Eu realmente preciso disso, ou simplesmente quero? E qual é o custo *real* deste item — em dinheiro, tempo e relacionamentos?

Não tem preço

- Ouvir a risada de seu filho de 2 anos quando vocês sopram dentes-de-leão um para o outro.
- Fazer um piquenique de sanduíche de queijo quente no quintal.
- Valorizar as 24 horas do dia.
- Passear com o cachorro do vizinho.
- Promover um acampamento em seu porão.
- Amontoar uma pilha grande de folhas de outono — e pular nelas!

Não é o que você faz, e sim quem
você é

*Como criar seus filhos de dentro
para fora.*

Michael Young não era o que se pudesse chamar de um rei da escola[1] comum. Ele não tinha força para arremessar e levar o time de futebol americano ao campeonato estadual. Não tinha o corpo atlético que fazia as garotas tuitarem nos corredores. Enquanto outros resolviam problemas de física, Michael frequentava as aulas de desenvolvimento para portadores de necessidades especiais e tinha dificuldade em somar dois mais dois.

Aluno da Jefferson High School, em Bloomington, Minnesota, aos 18 anos Michael até podia estar atrasado no conhecimento de matemática, estudos sociais e ciências. Mas sua

atitude era a de um superdotado.

Michael estudou as fotos do livro do ano da escola até conhecer os setecentos alunos pelo nome. Foi representante dos alunos do time de basquete e raramente perdia um evento esportivo na escola. Antes de ir dormir toda noite, ele ouvia o CD da banda da escola.

Ele era tão desprendido quanto alguém de 18 anos pode ser; nem foi ideia dele concorrer a rei da escola. Drew Glowa, presidente da classe do último ano e capitão do time de hóquei, conversou com ele a respeito. Drew conseguiu os 75 nomes necessários para a candidatura de Michael e fez campanha para o colega, apesar de estar concorrendo também.

Não é de surpreender que a família de Michael tenha tido muito a ver com essa concepção de vida. As pessoas que conheciam os pais de Michael e sua irmã mais velha, Laura, diziam que eles eram todos “positivos, generosos e determinados em abrir portas para Michael”.

O pensamento de perder a eleição não intimidava

Michael. Na verdade, ele disse aos pais a caminho da escola naquele dia que não tinha votado em si mesmo. Mas, quando descobriu que seus colegas o haviam escolhido para ser o rei da escola, ficou em êxtase. Correu em volta do ginásio, quase arrastando a rainha, cumprimentando e acenando para todo mundo e estampando um sorriso grande como seu coração.[\[2\]](#)

O sr. e a sra. Young obviamente fizeram alguma coisa certa ao criar um rapaz tão positivo, generoso, apoiador dos colegas e entusiasmado pela vida — mesmo enfrentando desafios especiais. Cultivar um caráter como o de Michael é trabalhoso, mas, uau!, veja os benefícios que isso traz para a vida inteira, para todos a sua volta. Setecentos estudantes viram Michael reagir com alegria e paixão a sua “missão” de ser rei da escola. É um dia do qual toda a Jefferson High School vai se lembrar com olhos marejados.

Michael foi um exemplo vivo — na verdade, um exemplo que corria e pulava — para todos naquele

dia, para ilustrar que quem é você — seu caráter, a maneira como se relaciona com as pessoas e reage às curvas que a vida coloca em seu caminho — é muito mais importante do que o que pode fazer, do que o que possui ou do que sua aparência.

E os pais dele estavam bem atrás, incentivando-o de todas as maneiras.

DIRETO NO CORAÇÃO

Você já viu o filme *Lances inocentes*?[\[3\]](#) Se não viu, é um dos poucos filmes que valem a pena. Baseado na história real de um jovem prodígio do xadrez chamado Josh Waitzkin, revela claramente como o pai ou a mãe podem influenciar o desenvolvimento mental e emocional de uma criança.

“Você tem um bom coração”, a mãe diz a ele uma noite quando vai colocá-lo para dormir. “E essa é a coisa mais importante do mundo.”

Mais adiante no filme, porém, uma noite antes de uma importante partida de xadrez, o pai obcecado

pelo desempenho de Josh coloca o menino na cama, dizendo:

— Não vá perder, Josh.

— E se eu perder? — especula Josh.

— Você não vai!

— Tenho medo do que pode acontecer.

— Josh, eles têm medo. Estão apavorados com você. Agora vá dormir.

— Talvez seja melhor não ser o melhor — sugere Josh. — Assim, você pode perder e tudo bem.

Qual desses dois beijos de boa-noite você acha que ajudaram Josh a ter uma boa noite de sono? O que reconheceu a importância de seu coração, sem dúvida.

É muito fácil, porém, destacar apenas o que está na superfície, não é?

“Você tem namorada?”, perguntamos ao sobrinho de 16 anos.

“Você está tão linda!”, dizemos ternamente à filhinha do vizinho, de 18 meses.

“Ah, aposto que, quando crescer, você vai ser engenheiro”, dizemos para nossos filhos enquanto eles tentam consertar o triciclo.

Por que o coração é tantas vezes esquecido?

Somos rápidos demais em admirar a capacidade de arremesso de um futuro jogador da Liga de Futebol Americano, a sagacidade de um futuro diretor financeiro, a afetação confiante de uma cantora *pop* do amanhã. Mas, sem caráter, o futuro jogador pode acabar enfrentando uma ação judicial por uma acusação de assédio sexual de sua época de faculdade. Aquele diretor financeiro pode estar preso porque alterou os livros fiscais, levando milhões de investidores a perder bilhões de dólares. E a cantora *pop*? Ela pode acabar tendo uma visão tão edificante do casamento que se casa e pede a anulação em menos de três dias.

“A verdadeira beleza é a interior”, diz um ditado. Mas a verdadeira beleza, do tipo que dura muito tempo depois que o corpo começa a decair, passa diretamente pelo coração. E tudo isso começa com a

maneira em que vocês, pais, imprimem caráter no coração de seu filho.

GRAVANDO O CARÁTER DE SEU FILHO

Em seu livro *Home by Choice: Raising Emotionally Secure Children in an Insecure World* [Em casa por opção: criando filhos emocionalmente seguros em um mundo inseguro], a dra. Brenda Hunter, psicóloga e escritora, descreve o que chamo de a “marca indelével” que os pais deixam em um filho. Ela acredita que o relacionamento entre pais e filhos forma a base das percepções que a criança tem de si mesma:

Segundo [John] Bowlby, uma criança pequena forma “modelos internos ativos” de si mesma, de suas ligações com os pais e de seu mundo fora da matéria-prima de seus relacionamentos com os pais. Com base na maneira como os pais a tratam, a criança criará certas expectativas de como os outros a tratarão. Se os pais são calorosos, amorosos e acessíveis emocionalmente, a criança passa a acreditar que *ela* é amável e valiosa. Conforme amadurece, terá alta

autoestima; será capaz de ser íntima de um cônjuge e de filhos. Seguro dos laços com seus pais, esse indivíduo esperará que os outros o tratem da mesma forma que seus pais o trataram.[4]

O que cria uma marca indelével em seu filho? Seu carinho, sua presença em casa e as palavras que você profere. Se seu filho ouve “você não vale grande coisa”, vai acreditar no que ouviu. Mas, se ele ouve afirmações consistentes de que é amado, formará uma imagem mental de si mesmo que se encaixa nessas mensagens. E crianças amadas, que sabem que são amadas, se tornam crianças e adultos que estendem a mão com amor aos outros.



Como criar um doador, não um interesseiro +

Quando nossa filha Hannah entrou no primeiro

ano do ensino médio, quatro estudantes de intercâmbio da Alemanha estavam prestes a vivenciar seu primeiro dia em uma sala de aula norte-americana. Sande e eu incentivamos Hannah a fazer o possível para que os jovens alemães se sentissem bem recebidos. Queríamos que ela demonstrasse empatia com aqueles jovens, que estavam em um lugar desconhecido, com nova família, e entre estrangeiros, cuja língua era diferente.

“Imagine que você estivesse começando as aulas na Alemanha hoje”, eu disse a Hannah. “Como gostaria que os outros a tratassem? Você pode fazer o que quiser, mas veja só o que acho que seria bom. Aproxime-se desses jovens e não só os cumprimente e lhes dê as boas-vindas, mas dirija-se pelo menos uma segunda vez a cada um deles, lembrando-os de seu nome e assegurando que, se houver qualquer coisa que eles não entendam ou se precisarem de ajuda, é só procurar pela Hannah.”

Por que encorajamos nossa filha a sair de sua

zona de conforto? Porque, para nós, a parte mais importante do desenvolvimento de um filho é o caráter.

No final daquele primeiro dia do primeiro ano, eu estava interessado em ouvir mais do que a opinião de Hannah sobre os professores e as aulas. Queria saber se ela havia conversado com aqueles quatro jovens. Veja, quando se trata da educação de meus filhos, me preocupo mais com o coração de servo do que com o desempenho em matemática.

SENTIR-SE FELIZ OU TER AMOR-PRÓPRIO?

“Oh, Joãozinho, você é tão maravilhoso! Olhe para você!”

“Você é simplesmente a melhor, Carol!”

Vamos dar algum crédito às crianças. Elas não são idiotas como achamos que são. Quando diz a uma criança como ela é maravilhosa, e ela sabe que não é, como você acha que isso cai na mente dela? “Hahaha, essa é boa! Mamãe e papai estão mentindo de novo.” Tudo que essa terapia do sintase feliz faz

é dizer a seu filho que ele não pode confiar em você. Então se ele algum dia fizer algo que valha a pena, e você lhe fizer um elogio genuíno, ele não vai acreditar. “Mamãe e papai estão mentindo de novo”, ele vai pensar.

Hoje em dia, muitos pais estão preocupados que seus filhos tenham boa autoestima, então se desdobram para ajudá-los a conseguir isso. Mas as crianças sabem que elogios sem sentido não passam de cortinas de fumaça que os adultos sopram em sua direção. Um pai me disse outro dia que sua filha mais nova chamou as faixas de “participação” entregues em uma corrida de faixas “Bom trabalho, seja como for”. Ela rapidamente se cansou das tiras sem sentido, e com razão. É uma realização completar uma maratona; para uma garota de 10 anos, concluir uma arrancada de 50 metros não é uma realização especial (exceto nas Paraolimpíadas ou em eventos parecidos, é claro).

O verdadeiro amor-próprio não é apenas sentir-se bem consigo mesmo. Vem de realizar alguma coisa e

de retribuir algo aos outros.

Digamos que seu filho se esforce muito, de verdade, para entender os números decimais. Matemática nunca foi o forte dele, mas ele está determinado a passar um tempo extra toda noite tentando entender frações. Na semana seguinte, ele chega em casa com um B na prova de matemática. Então é hora de comemorar! Por que esperar por um A? Fique ao lado de seu filho, comemore seu esforço, faça comentários sobre o ótimo trabalho que ele fez e como você está orgulhoso por ele ter se mantido firme em seu propósito.

“Querido, não é bom trabalhar duro e atingir um objetivo? Uau, um B! Isso é simplesmente ótimo! Ei, que tal colocar essa prova na geladeira e surpreender o papai quando ele chegar?”

São conversas e atitudes assim que constroem o caráter e o amor-próprio de uma criança. Seu filho começa a pensar: “Uau! As pessoas mais significativas da minha vida — mamãe e papai — repararam no esforço que fiz e no que consegui. E

eles estão orgulhosos de mim!”.

Não, seu filho não tirou um A e provavelmente nunca vai tirar um A em matemática. Mas, quando um estudante que só tira C se esforça bastante e consegue um B, esta é uma realização significativa e deve ser comemorada!

Esse tipo de elogio, feito a respeito de algo consistente — trabalho efetivo realizado e metas atingidas — faz muito no sentido de construir o caráter de seu filho para a vida toda.

Apesar de não ficar especialmente entusiasmado por uma agenda cheia de atividades para as crianças, o que adoro em um clube como o 4-H é que a criança assume um projeto, como criar um bezerro, por exemplo, e aprende a acompanhá-lo por inteiro, desde o princípio. No final, se ela fizer um bom trabalho, consegue a faixa azul na exposição — e mereceu isso! Esse senso de realização e orgulho é bom, porque se baseia na realidade concreta. A criança não apenas tentou com afinco — ela foi bem-sucedida. No mundo real, essa é uma diferença

significativa e uma distinção muito importante.

O encorajamento verdadeiro significa reconhecer o que uma criança faz e apreciar suas realizações reais, seja na escola, seja em casa. É notar as coisas que merecem ser notadas e dispor de tempo para mencioná-las.

Como desenvolver um amor-próprio verdadeiro e saudável nas crianças? Encoraje os pensamentos bons. Destaque o que elas fizerem certo. Preste atenção nas escolhas e ações que merecem encorajamento e não seja comedido. Deixe de lado o oba-oba vazio de que “você é especial porque você é você”.

DEZ MANEIRAS DE CRIAR UM FILHO DE DENTRO PARA FORA

Se você quer criar um filho que tenha caráter — alguém de bom coração, modos decentes, consideração, paciência e perdão —, em vez de um que seja um personagem caracterizado, experimente as seguintes dez maneiras de criar uma criança de

dentro para fora:

1. Compreenda a singularidade de seu filho

Sempre gosto de observar os patos que se reúnem na beira do lago perto de nossa casa. Quando eles caminham balançando, grasnando, indo para a grama, eu os alimento com quirera de milho.

Mas você quer saber o que mais me surpreende? Mesmo com o lago cheio de patinhos que parecem exatamente iguais para mim, cada mamãe pato, de alguma forma, parece conhecer os dela.

Acho que cada patinho é diferente. *Sei* que cada ser humano é.

Quando seu filho nasceu ou foi adotado, você começou a elucidar o mistério da singularidade dele. É possível que, para você, o processo tenha começado quando viu o sexo de seu bebê, na hora em que o médico virou o recém-nascido de ponta-cabeça e conferiu seu sistema de encanamento. Você observou se a personalidade de seu filho era tranquila como um lago ou ativa como uma

cachoeira na montanha. Ouviu e aprendeu a discernir se o choro dele era por causa da fome, da solidão, do medo ou simplesmente porque a fralda suja precisava ser trocada.

Conforme seu filho cresce, você descobre se o livro favorito dele é *George, o curioso* ou *A pequena locomotiva*. Mais tarde você repara se ele gosta de *rap* ou de *jazz*. Você meneia a cabeça se ele cresce amando astrofísica e na faculdade se interessa por letras, ou enquanto ele se transforma de um ser calado como um sussurro em alguém pronto para um discurso e decidido na política.

A beleza do relacionamento entre vocês é que nunca houve outro igual. Você sempre vai descobrir coisas novas sobre si mesmo e sobre seu filho à medida que passam tempo juntos. Essas são as descobertas “silenciosas” da vida em família, mais excitantes e gratificantes do que qualquer coisa que os irmãos Villas-Boas, Cristóvão Colombo ou um astronauta da Nasa já tenham testemunhado. Não as deixe passar mantendo a si mesmo e a seus filhos

correndo na rodinha de atividades. É hora de sair da rodinha e pisar no chão firme dos relacionamentos que duram a vida inteira.

2. Dê a seus filhos um pedaço de você

Em pelo menos um aspecto, cachorros e crianças são bem parecidos.

Não importa onde eu esteja na casa, nossa cadela, Rosie, teima em me seguir mais de perto do que um carrapato. Ela não só se senta perto de mim, mas insiste em sentar *em* mim. É um animal de colo, um pequeno *cocker spaniel*. Ela vem carregando seu brinquedo barulhento, pingando saliva, e o coloca bem nas minhas calças limpas.

Eis a grande similaridade entre Rosie e meus filhos: todos eles querem um pedaço de mim. Brinquedos barulhentos, biscoitos caninos, até mesmo filés podem satisfazê-los por um tempo, mas eles nunca me substituem. Ainda que crianças e bichinhos de estimação peguem tudo que podem. Se

você permitir que o relacionamento se torne apenas passear de carro, comprar novos *video games* e mantê-los ocupados, eles vão se aproveitar disso.

Mas o que seus filhos querem mais do que qualquer coisa é um pedaço de você. Um pedaço bom, saudável. Não os restos que você consegue juntar com dificuldade depois de distribuir seu tempo, talentos e energias emocionais para todo mundo.

Se você tem dúvida de que seu filho realmente queira passar tempo com você, basta perguntar a qualquer criança cujo pai a tenha levado para um “compromisso” se ela se lembra de detalhes dessas saídas só os dois. Você com certeza vai conseguir algumas histórias. Brenda, uma entre cinco irmãos, lembra-se de suar em um passeio de bicicleta de 21 quilômetros sob o sol da Flórida com o pai, mas apreciou o programa mesmo assim, porque os dois estavam juntos. Frank, filho único, se lembra de ficar perdido em uma trilha com seu pai nas montanhas Rochosas quando ele tinha apenas 6

anos. Foi um pouco assustador no início, mas aquelas horas criaram uma lembrança duradoura que ele vai cultivar para sempre.

Laura, hoje com 30 anos, recorda que seu pai a levava fielmente a uma hípica toda manhã de sábado quando ela era criança. Enquanto ela cavalgava em seu cavalo favorito, ele recolhia esterco e limpava estábulos em troca das aulas. O coração e os olhos dele, entretanto, estavam em sua filha, e ela sabia disso. No caminho para casa, ele sempre comentava sobre a habilidade que via estar se desenvolvendo nela, e eles conversavam sobre isso em casa, comendo ovos fritos e tomando chocolate quente. Até hoje, só o cheiro de ovos fritos ou chocolate quente faz que ela se lembre daquele tempo especial com o pai.

3. Trate cada filho de um jeito diferente

Certa vez ouvi quatro irmãos adultos conversarem depois do enterro de um de seus pais. Cada um contava de forma apaixonada tudo que o progenitor

falecido tinha feito com ele ou ela individualmente. Cada um acreditava em segredo que seu relacionamento com aquele progenitor era o mais especial da família. Todos ficaram surpresos ao descobrir que seus irmãos tinham o mesmo pensamento. Que maravilhoso presente e legado esse pai deixou para cada filho!

Não existe tamanho único na criação de filhos. Então, nem tente. Cada filho é singular, e isso significa que seu relacionamento com cada um é exclusivo e apropriado unicamente à personalidade deles.

Algumas crianças aprendem melhor o caráter com instruções verbais; algumas aprendem pelo envolvimento tátil; outras aprendem ao ver um exemplo. Algumas são incrivelmente sensíveis e precisam apenas de uma sobrancelha levantada como disciplina (como Carmem, que nunca conseguiu pegar um biscoito extra do pote sem confessar para a mãe). Outros precisam de uma abordagem mais firme (como a irmã dela, Morgan,

que poderia ser uma criança-modelo para o livro do dr. Dobson *Como lidar com a teimosia de seu filho*[\[5\]](#)).

As crianças se nutrem das conexões especiais que se formam de nossa relação única com elas. Quando Hannah e Lauren eram mais novas, eu as chamava por apelidos. Lauren era “meu pequeno *muffin*” e Hannah era “meu amendoinzinho”. Elas assimilaram essa conversa de “*muffin*” e “amendoim” porque isso criava uma conexão única de cada uma comigo.

Um dia, porém, eu devo ter misturado meus grupos alimentares. Em um lapso verbal desastroso, chamei Lauren de “meu amendoinzinho” e Hannah de “meu pequeno *muffin*”. Olha, elas realmente me fizeram engolir aquelas palavras! Descobri como elas tinham um apego apaixonado por essas distinções especiais. Na cabeça delas, a confusão foi uma grande traição, como esquecer o aniversário de casamento ou os detalhes de um primeiro encontro com o cônjuge.

Para os meus filhos, e para os seus, essas

conexões customizadas são sinais de intimidade, então forme-as e use-as com muito cuidado.

4. Crie rituais para seus filhos

Quando nossos filhos mais velhos eram pequenos, as manhãs de sexta-feira significavam delícias da padaria. Havia todo tipo de coisinhas gostosas para escolher, o que tornava difícil decidir entre os pastéis doces, as roscas recheadas de framboesa ou as fatias de bolo cobertas de glacê. Mas Krissy nunca tinha problemas com seu pedido; ela sempre queria biscoitinhos amanteigados. Ela pedia aquilo com tanta regularidade que se tornou um ritual entre nós.

No momento em que aqueles biscoitinhos saíam da caixa em casa toda sexta-feira, não era só a imaginação do gosto bom que aquilo teria que a agradava. Era também o fato de eu ter pensado nela enquanto ela não estava por perto. Quando alguém lhe faz algo agradável em sua ausência, é um sinal muito bom de que você ocupa um lugar no coração dessa pessoa.

Toda semana, quando eu levava para casa aqueles biscoitos amanteigados, Krissy se sentia amada também porque via que eu a conhecia e sabia de suas preferências. É claro que simplesmente conhecer uma lista de coisas que seu filho gosta não é suficiente. Você pode saber que ele gosta de beisebol e comprar um boné dos Yankees quando passar pelo aeroporto durante uma viagem de negócios a Nova York. Mas, se você nunca praticar com ele algumas jogadas nem for aos jogos dele, então esse boné não vai significar muito, porque não remeterá a uma vida compartilhada.

As crianças se desenvolvem com o tipo certo de rituais. Uma revisão de estudos (32 deles, para ser exato) da metade do século 20 sustenta essa abordagem primitiva: rotinas e rituais familiares são “importantes para a saúde e o bem-estar das famílias ocupadas de hoje”.[\[6\]](#)

Os rituais geralmente começam sem planejamento. Talvez você tenha feito algo que seu filho adorou uma vez e que você repetiu até se

tornar uma rotina. Seus filhos podem ter construído um forte com as almofadas do sofá, à tardinha, quando você chegava do trabalho, e você decidiu começar uma sessão de luta livre. Agora eles constroem os fortes e criam estratégias toda tarde às 16h45, esperando que você chegue para que possam imobilizá-lo pela cabeça.

Mantenha seus olhos abertos para o próximo ritual que você possa estabelecer — a próxima coisa à qual seus filhos vão aderir, uma interação que vai ao encontro das necessidades deles e constrói o laço primordial de vocês.

5. Coloque o relacionamento com seus filhos em primeiro lugar

Criar filhos e “fazer que eles se importem” é muito mais fácil do que qualquer um de nós faz parecer. Tudo se resume a uma coisa simples: o relacionamento que você tem com eles.

Se seus filhos sentem que pertencem a sua família, eles têm poucos motivos para fingir, do

ponto de vista psicológico. E têm boas razões para ouvir quando você tenta cultivar o caráter deles. Então, em vez de fazer de tudo para ajudar seus filhos a se darem bem na vida, ajude-os a conhecer você.

Os pais autoritários que dizem “Sou o pai, e você vai fazer o que eu disser que é para fazer!” não estão muito interessados no relacionamento. Em vez disso, eles se importam em ver a tarefa cumprida, e bem feita. Infelizmente, o pai autoritário geralmente cria os filhos exatamente como ele mesmo, alguém que não consegue se conectar com o marido ou a esposa e que não sabem como se doar a seus próprios filhos.

O pai e a mãe “deixe-estar”, que agem com base no princípio de “Ah, qualquer coisa serve. Vamos só tentar nos dar bem, certo?” também não estão muito interessados em relacionamento. Estão apenas interessados em não criar caso. (E, cá entre nós, os filhos sabem manipulá-los. Afinal, como a felicidade é seu objetivo principal, os filhos mexem com as

emoções dessa mãe e desse pai direitinho. Interpretam aquela história emocionante ao som de violinos, com o máximo esforço... Porque funciona 99% das vezes.) É triste dizer, mas essas crianças geralmente acabam como adultos autocentrados, que são interesseiros e não doadores em seus relacionamentos.

Ao colocar o relacionamento com seu filho acima do desempenho dele, você o está preparando de dentro para fora. Ele percebe as pistas na interação entre vocês dois: se você está desapontado, ele sente isso e se ajusta de forma apropriada. Se você está satisfeito, ele sabe que está no caminho certo e desabrocha.

Esse tipo de *feedback* leva ao desenvolvimento do caráter. Encoraje esse processo construindo um relacionamento sólido no qual seus filhos saibam que você os conhece, que os ama e que até *gosta* deles.

6. Seja honesto

Um dia, Lauren, então com 11 anos, e eu estávamos na piscina, flutuando em nossa boia. Naquela época Lauren estava bem consciente de que seu corpo estava começando a mudar e sabia que sua roupa de banho demonstrava as mudanças. Querendo que ela soubesse que não era a única a enfrentar esse tipo de constrangimento, apresentei minha própria experiência pré-adolescente na aula de natação — e eu teria feito *qualquer coisa* para me livrar daquilo.

— Quando papai estava no sétimo e no oitavo anos — eu disse — tínhamos de nadar nus na aula de natação.

— O quê? — Lauren perguntou, chocada.

— Nós não tínhamos roupa de banho — respondi.

— Você quer dizer que vocês iam... *Pelados*? — ela perguntou. Os olhos eram duas enormes moedas de prata.

— É.

Ela pestanejou.

— E como era?

— Era horrível — repliquei. — Eu tinha de me sentar na borda da piscina com todos os outros meninos da minha aula de ginástica, provavelmente uns trinta ou mais, enquanto os professores faziam a chamada. Então ficávamos na piscina por um período de cinquenta minutos, e os professores eram bem persistentes e faziam você ficar.

Quando compartilhei essa história, de alguma maneira a roupa de banho não pareceu mais tão minúscula para Lauren.

Às vezes ser pai envolve compartilhar algumas lembranças bastante dolorosas. Quando chegam esses momentos, seja honesto com seus filhos: compartilhe a incerteza, o arrependimento e até seus próprios erros. Isso não significa ter de lhes contar tudo sobre seu passado, o que aconteceu a você e as coisas idiotas que fez. Mas nivelar o campo de jogo entre você e seus filhos vai ajudá-los a vencer os próprios momentos difíceis.

Cultivar o caráter não significa fingir. Seus filhos logo vão descobrir que você não é perfeito, se é que

já não descobriram, então, seja honesto. Tire a máscara. Fazer o papel de Deus pode ser muito mais agradável, especialmente se você tem vergonha das vezes em que foi perverso ou desonesto. Mas esconder esses incidentes não vai ajudar seus filhos a lidar com as próprias imperfeições.

Converse sobre todas as ocasiões, sobre os altos e baixos da vida. Não estou dizendo para compartilhar detalhes sórdidos. Porém, comunicar que você também já vivenciou problemas na vida vai ajudar seus filhos a saber que não estão sozinhos.

Sustentar um personagem divino só vai afastar seus filhos quando eles perceberem que você foi criado como um ser mortal. A essência de desenvolver a intimidade com seus filhos é dizer a eles quem você realmente é e dar a eles a oportunidade de lhe contarem quem realmente são.

Não estou falando de tentar ser o melhor camarada de seu filho. Ele precisa de sua experiência e sabedoria de pai. Entretanto, conversar com seus filhos sobre assuntos desconfortáveis tão

naturalmente quanto possível vai ajudá-los a encontrar conforto para discutir assuntos com os quais *eles* se sentem desconfortáveis.

7. Alimente a confiança de seu filho

Se sua filha abre o coração e lhe conta algo confidencial, não menospreze o assunto nem leve na brincadeira. Se ela afirma sentir que não se encaixa na escola, não rejeite o caso, dizendo: “Querida, você não devia se preocupar com isso!”. Se seu filho pergunta: “Papai, o que é uma camisinha?”, não anule a pergunta, dizendo: “Não falamos sobre coisas desse tipo!”. Receba essas confidências com equilíbrio; ouça seu filho até o fim; leve o coração dele a sério.

A vulnerabilidade de seu filho é um sinal de intimidade. Então não minimize ou, pior, menospreze isso. Receba os momentos vulneráveis como uma dádiva — a dádiva de um relacionamento que se aprofunda, o que é um pré-requisito para que se construa o caráter.

8. Dê exemplo de valores que valem a pena ser copiados

Eu estava na fila para pegar um hambúrguer na lanchonete perto de casa. O filho de um homem a minha frente veio da mesa em que a família estava sentada. Não consegui ouvir a pergunta do menininho, mas não tive problemas para ouvir a resposta do pai.

“Bem, diga a sua mãe que se ela quiser alguma coisa, que venha até aqui e peça!”, ele disparou.

Eu me perguntei: “Que tipo de marido esse garotinho será um dia? Como ele vai tratar as mulheres? Quando sua esposa pedir que ele traga guardanapos da cozinha, ele vai seguir o que o pai o ensinou?”.

Fiz meu pedido, satisfeito por meus filhos não estarem ali para ouvir a explosão do homem. Se estivessem, eu teria dito a eles: “Há pessoas na vida que falam desse jeito, gente que desrespeita os filhos e o cônjuge gritando com eles. A tarefa de vocês é

descobrir alguém que não seja assim”.

Os valores são aprendidos, não ensinados. Seus filhos estão assistindo a cada um de seus movimentos, tomando notas mentais. As crenças e o comportamento que você dá como exemplo são a base sobre a qual o caráter de seus filhos é construído. A maneira como você vê seus filhos é a maneira como eles verão a si mesmos.

Se você respeita seus filhos, eles verão a si mesmos como respeitáveis. Se é agradável com eles, vão aprender a ser graciosos consigo mesmos. Se os ouvir, eles crescerão ouvindo os outros e acreditando que têm uma voz que merece ser ouvida.

9. Use serviços domésticos para ensinar caráter e responsabilidade

Minha esposa, Sande, certa vez jogou uma casca de banana no chão da cozinha e deixou-a lá para ver o que o resto de nós faria. Um por um, nossos filhos passaram por ali e olharam para ela. “Oh”, você

pode imaginá-los pensando, “alguém está encrencado”.

Mais tarde naquele dia, Sande perguntou, com sua magnífica sobancelha levantada (ela faz isso muito bem): “Alguém reparou na casca de banana no chão da cozinha? Sei que vocês passaram por ali”.

“Diga a eles, Sande”, eu pensei. “O que vocês estão pensando, crianças? Achei que tivesse ensinado melhor do que isso.”

“Mas *você*”, ela disse, virando-se para mim, “*você* olhou pra ela, chutou pro lado e continuou seu caminho”.

“Ai.”

Eu me encenquei *bastante* daquela vez, um psicólogo caindo no teste psicológico. Aparentemente, com meu exemplo, eu é que *não tinha* ensinado meus filhos direito.

A maioria de nós, tanto pais como filhos, já pensou uma vez ou outra: “Isso não é tarefa minha”. E às vezes não é. Porém, sempre fico satisfeito ao

ver clientes no supermercado recolherem caixas de cereal que escorregaram da prateleira ou maçãs que rolaram pelo chão na seção de frutas. Quando vejo um acidente como esse, paro para ajudar.



Vai uma tarefa aí? +

Se meus filhos estão comigo, eles aprendem mais sobre colaborar do que aprenderiam com qualquer sermão que eu pudesse pregar sobre ajudar em casa. (Posso garantir que ninguém na casa dos Leman jamais se esqueceu do experimento da casca de banana feito por Sande.)

10. Preste atenção aos outros

— Por que você para no semáforo? — pergunto frequentemente para as pessoas.

A maioria responde:

— Para não causar um acidente.

Outros podem dizer:

— É a lei.

São todos bons motivos. Mas espero que também paremos nos faróis para não machucar outras pessoas.

É fácil começar consigo mesmo e continuar daí para fora. Mas que presente maravilhoso quando você pode infundir em seu filho um coração que presta atenção aos outros *primeiro*.

Para cultivar a abnegação, recrute a participação de sua família. Se uma tempestade açoitar a vizinhança e espalhar escombros pelo jardim, não pergunte às crianças: “Vocês gostariam de ajudar a mamãe?”. Se elas tiverem opção entre recolher os pedaços pelo jardim ou brincar com um amigo, você não vai ouvir: “Sério, podemos ajudar, mãe?”. A maioria das crianças não está esperando ansiosamente por uma chance de colaborar; afinal, no fundo, elas são *mimimis* hedonistas. Até que sejam ensinadas a pensar nos outros, isso não acontecerá naturalmente. Seus filhos precisam de

orientação *gentil*, até aprenderem com o tempo que cooperar é esperado.

“Vamos lá, todo mundo para o quintal. Precisamos recolher tudo isso agora.”

Essa expectativa positiva comunica uma mensagem: Somos uma família e trabalhamos juntos no que precisar ser feito. Sempre prestamos atenção às necessidades das pessoas a nossa volta.

Dizer esse tipo de coisa calmamente, em vez de gritar: “Saiam todos agora mesmo e ajudem!”, fará maravilhas por sua psique e pelo dia de todo mundo.

AGINDO NOS BASTIDORES

Outro dia Hannah mencionou uma conversa que tivemos quando ela era adolescente.

“Lembra-se de quando você me disse como estava orgulhoso dos amigos que eu estava escolhendo? Aquilo significou muito para mim, papai. Penso nessa conversa até hoje.”

Naquela época eu destaquei as características positivas dos amigos dela e por que achava que eram

boas companhias. Também mencionei como estava satisfeito por Hannah estar sendo tão sensata em relação às pessoas que ela escolhia para passar seu tempo livre.

Como isso a fez se sentir? Deu-lhe um senso de realização do qual ela ainda se lembra até hoje e que, na época, cativou e aqueceu seu coração.

O que eu estava dizendo a minha filha ao compartilhar o que compartilhei? “Tenho muito orgulho de quem você é, Hannah, e de quem está se tornando.”

O que Hannah estava ouvindo? “Meu pai está aceitando minhas escolhas, o que deve significar que sou capaz de fazer escolhas sensatas.”

Bem, isso é o que eu chamo de “agir nos bastidores”, tendo como objetivo o interior da criança — que é o que mais importa no longo prazo.

Se reservar um tempo para conhecer seu filho, para concentrar-se em suas qualidades únicas e regá-las com encorajamento genuíno — reconhecendo o que ele faz e suas conquistas reais —, você vai

reforçar a confiança e as habilidades dele, de modo que ele continuará a fazer escolhas sensatas no futuro.

Boa pergunta!

Você está criando um filho que tem caráter ou que é um personagem caracterizado? Que passos você precisa dar para se concentrar no princípio “o que conta é quem você é”?

Cinco dicas para criar um ótimo filho

- Dedique-se a cultivar o caráter de seu filho em vez de garantir que ele pareça bom diante dos outros.
- Não se afaste do coração dele.
- Seja específico ao agradecer e encorajar.
- Reserve um tempo para imprimir em seu filho uma marca de amor e uma autoestima saudável.
- Celebre a singularidade de seu filho.

Não há lugar como nosso lar

*Por que tudo que é importante
começa e termina bem na sua
sala de estar.*

Quando nossos filhos mais velhos eram crianças, eu costumava deixá-los na vovó “pra passá” a noite, como eles diziam. Eles todos adoravam ir à casa da vovó, mas de alguma forma aquele instinto de voltar para casa os fazia recuar para o próprio ninho. Assim que eu chegava em casa depois de deixá-los, podia contar que o telefone tocava. Naquela época, eu nem precisava de identificador de chamadas para saber quem era.

Krissy.

Era sempre Krissy ligando para contar o que eles estavam fazendo e conversar conosco. De todos os nossos filhos, Krissy parecia ser a mais sintonizada

com o lar, e seu amor à família ainda continua. Ela é o que chamo de “pessoa família”, alguém cujo instinto de voltar para casa é bem forte. Apesar de adorar ir à casa da vovó, havia uma grande parte de seu coração de criança que simplesmente tinha saudades de mamãe e papai e que queria nos incluir em tudo o que fazia. Ela gostava da vovó, mas não havia nada tão bom quanto a própria casa.

O lar deveria ser um refúgio, um lugar para o qual seus filhos voltam repetidas vezes, porque é onde eles se sentem mais seguros. A palavra *parente*^[1] vem do latim *parentis*, que significa “protetor”. E significa não só proteção física, mas também proteção contra o cortador de biscoito do mundo, que forma pessoas segundo um padrão que todos acham que seus filhos devem ter. O lar é o lugar em que as crianças devem conseguir relaxar e ser elas mesmas. É onde podem aprender, sob sua orientação e seu amor incondicional, como reagir às bolas com efeito da vida — tanto as que lhes são jogadas, como as que elas próprias provocam. É o

lugar em que elas aprendem o que significa ser responsável e se importar com outros; onde percebem que, como parte da família, a contribuição delas é importante e necessária. O lar é o lugar em que o coração delas deve morar.

Mas para que todas essas coisas aconteçam, você tem de sair da rodinha de atividades e reservar tempo para o que realmente importa.

O CORAÇÃO DE VOCÊS ESTÁ EM CASA?

Quando você escolhe viver uma vida cheia de compromissos, mantendo a si mesmo e a seus filhos correndo, dia após dia, como *hamsters* na rodinha, está fazendo algo além de deixar todos exaustos. Está treinando seu filho para identificar o coração dele com o que está *fora* de casa. Isso significa que aulas de dança, grupo de teatro, futebol, aulas de francês e todas as outras atividades que você agenda para seu filho se tornarão o mundo dele e serão mais importantes para ele do que uma noite calma em casa, comendo pipoca e rindo de um filme com a

família ou conversando sobre o que aconteceu no dia durante o jantar.

É isso realmente o que você quer para sua família?

Quando você se mantém e a seus filhos na rodinha de atividades, as lições mais profundas da vida ficam espremidas por falta de tempo. Em vez de conversar sobre o que é realmente importante, você passa a maior parte do tempo combinando com seu cônjuge, ou com o avô ou avó que ajuda, quem vai pegar que filho e onde. Então os jantares ficam espremidos, e em pouco tempo ninguém mais conversa com ninguém. Você está cansado demais, então liga a televisão, e todos continuam vivendo vidas separadas.

Seus filhos o observam. Eles veem que você fica mais motivado para não perder o novo episódio de sua série favorita ou para conversar com eles sobre valores e fé pessoal? Você permite que o que não é importante no longo prazo esprema o que tem importância eterna?

Conforme seus filhos ficam mais velhos, você logo descobre que, por mais que raramente prestem atenção a sermões, especialmente sermões morais, eles raramente perdem lições de vida, como as que papai solta quando leva uma fechada de outro motorista ou quando mamãe incentiva ou faz fofoca ao telefone.

Se você investir tempo em sua família e fizer as coisas da maneira correta, seu filho, acredite ou não, vai querer agradá-lo. Esse é o segredo que seus filhos não querem que você saiba, mas é verdade. Se sua filha possui uma forte identidade familiar, quando alguém passar um cigarro de maconha no carro e disser “Experimente, você vai gostar”, ela dirá: “Sou da família Dias, e nós não fazemos isso”.

Se um grupo de garotos estiver implicando com alguém menor, e um dos amigos de seu filho segurar o pobre garotinho e disser: “Vamos lá, Vinícius, é a sua vez, bata na barriga enquanto eu seguro”, seu filho dirá: “Sou da família Alencar, e nós não tratamos as pessoas dessa forma”.

O antídoto mais poderoso que você pode dar a seu filho contra a pressão negativa dos colegas é a formação de um forte senso de família e de valores. Porém, isso só é possível quando vocês, como família, passam tempo juntos. Isso não acontece enquanto você corre de um lado para o outro, de atividade em atividade.

Se você é uma pessoa religiosa, é crucial que não só *diga* que tem fé, mas que também pratique essa fé de maneira que seus filhos possam ver, todos os dias. Como seu filho o está observando, a forma como ele reage a suas crenças tem tudo a ver com a relação que *você* tem com seu Criador. Se essa relação é real — não apenas uma coisa que você usa aos domingos, ou algo como não cortar a grama aos domingos — e seus filhos percebem que é real, eles terão mais probabilidade de querer entender por si mesmos esse tipo de fé.

Então incorpore sua fé a seu dia em vez de esperar por “grandes coisas” para conversar com o Criador. Se você está ocupado demais e tenta

encurtar o processo empurrando suas crenças goela abaixo de seus filhos ou arrastando-os para o seu local de oração toda vez que estiver aberto, eles muito provavelmente vão se rebelar contra sua fé (e quem poderia culpá-los por isso?).

Aqui vai uma consideração importante: quando você despacha sua mala no aeroporto de Phoenix, o funcionário da empresa coloca nela uma etiqueta que diz “Transferir quando chegar a Chicago”, para que os operadores de bagagem saibam automaticamente repassá-la para a próxima cidade, onde seu avião vai pousar. Mas não há transferência automática de fé dos pais para os filhos. Só porque você sustenta certa fé e certos valores, não significa que seus filhos farão o mesmo quando saírem de casa. Porém, se você tem um relacionamento real com seu Criador e demonstra isso durante o dia todo, isso dará o que pensar a seus filhos e os motivará a considerar uma fé real em Deus.

Se educa seus filhos da maneira que Deus quer que você o faça, não da maneira que acha que eles

devem ser educados, provavelmente eles vão permanecer na sua fé ou retornar a ela, mesmo se tiverem alguns (ou muitos!) momentos de instabilidade no caminho. Mas não há garantia estendida. Entretanto, se estiver perto de seus filhos tempo suficiente, se for uma parte confiável e valorosa da vida deles, e se eles puderem observar pessoalmente quanto Deus é relevante em sua vida, você estará lhes dando a mais alta possibilidade de que adotem sua fé e seus valores quando estiverem fora do ninho.

Porque, veja só, o lar é onde as crianças aprendem um monte de lições para a vida afora. É só observar Opie Taylor.

UMA VIAGEM DE VOLTA A MAYBERRY...

Conhece o programa *The Andy Griffith Show*? Eu adoro. A série de TV combinava personagens adoráveis e histórias divertidas com lições de vida positivas, e eu era capaz de assistir às reprises muitas vezes. Aprendi algumas das minhas lições de vida

mais valiosas com o xerife de Mayberry, Andy Taylor.

Um de meus episódios favoritos é sobre proteger e acreditar em seu filho, de qualquer maneira.[\[2\]](#) Quando a história começa, Opie é o proprietário orgulhoso de um estilingue novo e está ansioso para sair de casa e testá-lo. Andy alerta o filho para ter cuidado, e Opie promete atirar apenas em latas e coisas do gênero.

Ele caminha pela calçada, atirando em arbustos e troncos de árvores. De repente, identifica um movimento em uma árvore e atira uma pedra, que atinge um pássaro e o derruba no chão.

Lentamente, Opie, chocado e sem querer acreditar, se aproxima do passarinho. Enquanto a ave está ali imóvel, o menino coloca o estilingue no bolso de trás, ajoelha-se e recolhe a criatura em suas mãos.

“Voe”, grita Opie. “*Por favor*, voe!” Gentilmente ele lança o pássaro no ar para ajudá-lo a decolar, mas o animal cai sem vida no gramado.

Chorando, Opie corre para dentro.

Mais tarde, no mesmo dia, Andy volta para casa. Quando pega o jornal na calçada, vê o pássaro morto e ouve piados de filhotes de ave em uma árvore próxima. Ele espia o ninho com cara de quem já sabe o que aconteceu.

No jantar daquela noite, enquanto Opie belisca a comida, Andy comenta com tia Bee que o vizinho deveria manter o gato dentro de casa, porque este havia matado um passarinho.

“Impossível”, replica a Tia Bee. “A sra. Snyder viajou há uma semana e levou o gato.”

Opie sai da mesa e corre para o andar de cima.

“Ele está doente?”, pergunta-se a tia Bee em voz alta.

Andy, porém, sabe o que houve e segue Opie até o quarto dele no andar de cima.

“Você matou o passarinho, não foi?”, Andy pergunta.

Opie a princípio fica em silêncio, mas depois confirma, balançando a cabeça.

Andy relembra o filho com firmeza do aviso que lhe dera, para que tivesse cuidado com o estilingue, e Opie pede desculpas.

“Isso não trará o passarinho de volta à vida”, destaca Andy. “Desculpe-me não é uma palavra mágica que faz tudo ficar bem outra vez.”

Andy então tem uma atitude sábia. Ele atravessa o quarto e abre a janela. Lá fora, em um galho próximo, está o ninho com os passarinhos sem mãe, cujos piados de fome encham o quarto.

“Você está ouvindo isso?”, diz Andy. “São aqueles filhotes piando pela mãe que nunca vai voltar. Ouça isso um pouco.”

O que Andy usou com Opie é o que eu chamo de “disciplina da realidade”. É um termo que cunhei em 1984. Significa basicamente deixar a natureza seguir seu curso. Para Opie, foi ter de pensar sobre como atirar na mamãe pássaro afetou os filhotes.

Isso permite que a realidade da situação seja a melhor professora de uma criança.

Se seu filho deveria fazer um trabalho de ciências

sobre uma das maravilhas do Universo e não terminou, não fique acordado até meia-noite fazendo-o você. Aliás, não faça nada a respeito. Simplesmente deixe a realidade bater quando ele se vir diante da severa professora de ciências, que diz a seu filho em termos muito claros o que ela pensa de projetos inconclusos.

Se sua filhinha entra no quarto da irmã mais velha e mexe na maquiagem dela, não intervenha na situação nem a ajude a limpar tudo antes de a irmã chegar em casa. A menos que ela pense em arrumar as coisas sozinha, não se preocupe. Apenas espere para ver o que a irmã mais velha dirá e deixe que as duas resolvam a questão.

Toda decisão que tomamos tem consequências. Se deixar os resultados naturais ensinarem seu filho, em vez de usar recompensas e punições arbitrárias ou de “resgatá-lo”, você o estará preparando para viver com responsabilidade.

BASTA UM POUCO DE REALIDADE

A disciplina da realidade ajuda as crianças a desenvolver sistemas de orientação interna em lugar de os pais controlarem suas ações. Como pai, meu trabalho não é controlar meu filho. Nem Deus nos controla. Ele não nos pega pelo braço, nos empurra contra a parede e diz: “Você *vai* me reconhecer”.

Não que alguns pais não tentem. Sande e eu conhecemos um sujeito cujos filhos se sentam em nosso sofá como pássaros sobre a cerca — pernas cruzadas e mãos sobrepostas, como se esperassem que o pai lhes desse permissão para se mexer! Mas eles não estão fazendo nenhum favor a seus filhos ao transformá-los em marionetes controladas por regras.

Crianças facilmente controladas são ingênuas com seus colegas. Quero que meu filho aprenda a dizer *não* quando alguém lhe disser “beba isso, injete aquilo, cheire isso”. E esse tipo de ensinamento não é obtido com discussões de mão única, do tipo “É bom você fazer isso ou vai ver só”.

Disciplina pode ser algo que faço “para” minha

filha, mas é também algo que cultivo nela, para que aprenda a tomar decisões sensatas sozinha. Disciplina interior é infinitamente mais importante do que conformidade exterior, especialmente quando seu filho completa 18 anos e sai de casa. Quando você não estiver mais por perto para estabelecer as regras, que tipo de caráter e autodisciplina seu filho exercerá?

É por isso que não seria uma boa ideia ter dito a Opie: “Aqui está seu estilingue novo. Agora, se você atirar em passarinhos ou nas vidraças dos vizinhos, vou recolhê-lo e você vai ficar de castigo sem sair de casa por uma semana!”. Claro que você precisa avaliar a maturidade de seu filho para lidar com o estilingue e lembrá-lo de ser cuidadoso. Entretanto, ameaçá-lo com punição antes de ele sequer esticar o elástico seria o mesmo que dizer: “Esse estilingue é algo com o qual você provavelmente não consegue lidar, então, quando [não *se*] causar problemas, vai ver só o que vai acontecer”.

Isso não é disciplina da realidade. É o tipo de

disciplina tradicional, que não vem funcionando há anos e que usa o medo da punição para que a criança aja de acordo com as leis externas. Disciplina da realidade funciona por meio de consequências naturais, respeito mútuo e a crença no que há de melhor em seu filho.

A VERDADE SOBRE AS CONSEQUÊNCIAS

Ao permitir que Opie vivenciasse as consequências de seus atos, Andy ajudou o menino a entender a relação entre suas decisões e os efeitos dela sobre ele e o que está a sua volta. Se Andy tivesse lhe dado uma palmada e encerrado o dia, Opie poderia ter entendido a mensagem de que deveria ouvir o pai com mais atenção da próxima vez. Mas, conforme a criança cresce, a punição perde sua pungência. Chega um dia em que papai e mamãe não estarão lá para administrar as consequências. E então como fica?

O que é legal sobre a infância é que as consequências são bem mais suaves se comparadas

às da vida. Colar na prova de matemática do sétimo ano tem menos consequências do que sonegar impostos. Ao deixar Opie sofrer as consequências quando os riscos são menores, Andy plantou em seu filho uma responsabilidade interior que vai ajudá-lo a evitar consequências mais dolorosas pela vida afora.

Então, quando você deve usar as consequências ao criar seus filhos? Acredite se quiser, mas o momento didático não tem de acontecer imediatamente depois que seu filho não faz o que deveria, ou conta uma mentira, ou chega tarde em casa.

Digamos que sua filha de 13 anos lhe dê uma resposta atravessada. Duas horas depois ela quer que você a leve ao *shopping* para encontrar as amigas. Você pode responder:

— Não estou com vontade de levá-la ao *shopping* hoje.

— *Mamãe* — ela pode dizer — eu quero ir ao *shopping*!

— Querida — você pode responder — você não está entendendo. Não estou com vontade de levá-la hoje.

Essa menina não vai desistir, e logo você terá uma oportunidade de dizer a ela diretamente o que passa em sua cabeça.

— Bem, para ser específica, ainda estou chateada com a maneira como você falou comigo hoje às 9h30, quando pedi que levasse o lixo e desse uma olhada em seu irmãozinho. Não gostei de sua atitude, não gostei do jeito que você me olhou e com certeza não apreciei as palavras que você disse baixinho — que, a propósito, eu ouvi.

Para que vocês duas se reconciliem, essa filha tem de reconhecer o que fez de errado. Do contrário, a consequência natural é uma brecha no relacionamento de vocês.

VOCÊ REAGE OU RESPONDE?

Quando seus filhos fazem algo errado, você dá um tiro no próprio pé? Você *reage* em vez de

responder? Reagir significa que você deixa suas emoções predominarem. Filhos são mestres da manipulação e podem nos tirar do sério como ninguém. Responder significa que você pensa primeiro e *depois* fala ou age.

Vamos dizer que você esteja dirigindo e seu filho diga:

— Mamãe, quando eu crescer, vou praticar *snowboard*.

— O quê? — você diz. — Essa é a coisa mais idiota que já ouvi. Como é que você vai praticar *snowboard*. A gente mora na Flórida, e nem temos neve aqui no inverno. Ficou maluco?

Isso é reagir. Responder sem pensar na situação.

Isto é responder:

— Ah, *snowboard*. (Pausa para mostrar que você está sonhando e pensando nisso também.) — Já imaginou como seria? Estar lá com toda aquela neve, voando no ar como um pássaro? Com certeza seria empolgante, não é? Você poderia vestir o uniforme pela manhã e então passar o dia inteiro na

neve.

Claro, você mora na Flórida e só de assistir a Shaun White nas últimas Olimpíadas de Inverno já ficou com calafrios. Mas por que jogar um balde de água fria no sonho de seu filho? Ele, no fim das contas, vai perceber que provavelmente não vai dar para praticar esse esporte. Você não precisa apressar essa conscientização.

Há uma maneira de manter-se firme em seus princípios sem dar um tiro no pé — no seu ou no das crianças. Em vez de reagir, responda: “Fale mais sobre isso”.

B NÃO ACONTECE ATÉ QUE A ESTEJA CONCLUÍDO

Outra grande maneira de ensinar a disciplina da realidade é por meio do princípio “B não acontece até que A esteja concluído”. Você não precisa mudar essa estratégia jamais. Funciona toda vez, em qualquer idade. Se você pede a seu filho que faça algo, e ele não faz, você não avança para o próximo evento, não importa qual seja.

Digamos que sua filha de 10 anos devesse praticar flauta e colocar os pratos na máquina de lavar louças. Obviamente, nenhuma das duas tarefas foi feita. Duas horas depois sua filha deveria ir à casa da melhor amiga para brincar. Ela pega os brinquedos favoritos, entra no carro e diz:

— Vamos, mãe!

Sua resposta?

— Nós não vamos.

Então você vira as costas e vai embora.

Se sua filha a seguir, não revele sua estratégia. Funciona melhor se a criança tiver de descobrir sozinha.

Em alguns minutos, sua filha começa a entrar em pânico.

— Mas, mãe, a gente deveria estar na Cixa em dez minutos!

Sua resposta?

— Nós não vamos.

Conforme sua filha vai atrás de você e vê sua determinação, ela estará pronta para ouvir o motivo.

— Pedi a você que estudasse flauta e colocasse os pratos na máquina de lavar louças. Até que isso esteja feito, nós não vamos a lugar nenhum.

Posso lhe garantir que sua filha vai correr para executar as duas tarefas — especialmente porque ela vai receber dois telefonemas da amiga nesse meio-tempo, perguntando onde ela está.

Acima de tudo, pais, mantenham-se firmes. Não tenham pena da criança nem recuem: “Bem, vou fazer só desta vez...”.

Se você fizer isso dessa vez, vai se ver fazendo de novo, de novo e de novo.

Aqui vai a advertência: quando você começa a aplicar essas técnicas, as atitudes e os comportamentos da criança geralmente vão piorar por um tempo. Isso significa que você está no caminho certo.

A coisa mais importante é ser consistente em suas ações. Mantenha a bola da responsabilidade na quadra de seu filho, não na sua. Não atormente, ameace ou advirta seu filho. Não diga: “Bem, se

você tivesse feito suas tarefas...”. Em vez disso, simplesmente declare que as tarefas não foram feitas e que, até que sejam, o evento seguinte não acontecerá. Uma criança de qualquer idade pode entender esse argumento.



Pais inteligentes +

Tudo se resume a isto: ver as mudanças que quer implantar tem mais a ver com *você* do que com seu filho. Se você sabe o que está dizendo e diz o que está querendo dizer, seu filho vai entender.

DEPOIS DAS CONSEQUÊNCIAS

Vamos voltar à história de Opie para ver o que deve acontecer *depois* de usar as consequências.

Uma vez que Andy deixou Opie meditar sobre os resultados de suas ações, ele não prolonga a lição no dia seguinte porque ficou com raiva. Ele permite que

o novo dia traga um novo começo. Em vez de repreender o menino pelo erro mais uma vez, Andy lhe deseja calorosamente: “Bom-dia, filho”.

Opie está sentado nos degraus da varanda com uma caixa aninhada em seu colo. Curioso, Andy pergunta o que o menino está fazendo. Opie responde que está providenciando o café da manhã dos filhotinhos que ele adotou e a quem deu o nome de Piscadinha, Piscadela e Aham. Quando tia Bee sai para a varanda alguns minutos depois, Andy lhe conta que Opie assumiu as consequências de suas ações ao adotar os passarinhos.

Veja, Andy não apenas dá continuidade à disciplina da realidade com um novo começo para Opie; ele também confirma a mudança em seu filho, que assumiu a responsabilidade de cuidar dos recém-nascidos.

“Se tomar conta direitinho desses passarinhos”, diz Andy a Opie depois que o menino os alimenta por alguns dias, “terá orgulho deles quando crescerem”.

Essa é uma mensagem para vocês também, mamãe e papai. Quando vocês se dedicam a criar seus filhos da melhor maneira possível — estimulando-os ao lhes dar responsabilidade, fazendo-os assumir o resultado de suas ações e demonstrando boa vontade quando falham —, então, com toda a probabilidade, eles vão crescer e se tornar maduros e responsáveis, o tipo de adultos que esperam que se tornem.

A maioria dos pais tende a elogiar diretamente o comportamento dos filhos: “Nossa, você é um bom menino porque brincou de um jeito muito legal com seus amigos hoje à tarde”. A criança assume que é mantida em alta conta porque fez bem feito. Mas é muito mais importante reconhecer os filhos *por quem eles são* do que *pelo que fizeram*. Desempenho não é a coisa importante. A atitude que eles têm enquanto tentam realizar uma tarefa é.

Uma afirmação encorajadora pode ser: “Agora você está entendendo!” ou “Nossa, parece que aqueles ensaios extras estão realmente

funcionando!”.

Quando me pedem para descrever meus filhos, digo coisas como: “Eles se importam sinceramente com as outras pessoas”. Ou “Tenho tanto orgulho de quem minha filha é — a maneira como ela tem compaixão e se doa aos outros”. Tento reparar nesses traços e encorajá-los o melhor que posso, para que saibam que papai está observando.

Quando Opie solta Piscadela, Piscadinha e A-Ham no final do episódio, ele suspira aliviado, pois todos os pássaros voam bem. Andy aprova os esforços do filho, que olha para baixo, para a gaiola, com um ar de perda.

— A gaiola parece tão vazia — diz Opie.

Andy concorda, mas sabiamente acrescenta uma nota final de encorajamento.

— Mas as árvores não parecem bem e cheias? — ele diz enquanto o canto de um pássaro preenche o ar.

Realmente não há um lugar como a nossa casa. É onde tudo de importante começa e termina — bem

na sua sala de estar. Deveria ser um local de graça, de segundas chances. É também um lugar em que as atitudes corretas são encorajadas com o tipo certo de elogio.

VOCÊ ACREDITA EM SEU FILHO?

Você me permitiria mencionar outro de meus episódios favoritos de *The Andy Griffith Show*? Eu honestamente acho que essa série deveria fazer parte da educação elementar de toda criança — e provavelmente parte da educação de todos os pais enquanto criam filhos.

Nesse episódio, Opie diz a Andy e ao subxerife Barney Fife que conheceu um homem chamado sr. McBeevee que “anda por aí na copa das árvores”. [3] O sr. McBeevee usa um “incrível chapéu, grande, prateado e brilhante”, diz Opie, e “meio que retine” quando anda, “como se tivesse anéis nos dedos das mãos e sinos nos dedos dos pés”. O barulho vem “de todas as coisas penduradas em seu cinto”. Para fechar em grande estilo, Opie diz ao pai

e a Barney que o sr. McBeevee consegue “soltar fumaça pelas orelhas”.

“Ele me deu 25 centavos”, acrescenta Opie, tirando a moeda do bolso da camisa.

Andy, que estava se divertindo ao ouvir o filho, pergunta se o que ele acabou de ouvir é correto: que o sr. McBeevee, o sujeito que Opie acabou de descrever da maneira mais esquisita, realmente lhe deu a moeda.

Claro, Opie diz ao pai, com a maior naturalidade, como se homens nas árvores distribuíssem moedas todo dia. O sr. McBeevee disse que ele tinha merecido.

Andy, que agora está confuso, pergunta onde Opie *realmente* conseguiu os 25 centavos.

Opie se mantém firme: do sr. McBeevee. Se o pai quisesse ouvir isso do próprio homem, eles deveriam ir até a floresta juntos e pedir a *ele* que contasse a história para o pai.

Andy, que agora está desconfortável com o conto de fadas de Opie e quer ir até o fim, aceita a ideia, e

os dois saem.

Assim que chegam à floresta, Opie chama pelo sr. McBeevee nas árvores, implorando que ele desça e conte ao pai sobre os 25 centavos.

Como era de esperar, não há resposta.

Os dois perambulam pela floresta enquanto Opie chama insistentemente nas árvores pelo sr. McBeevee. Mas ainda não há resposta.

Finalmente Andy diz a Opie que é hora de voltar para casa.

De volta, no quarto de Opie, Andy confronta o filho quanto à diferença entre histórias de faz de conta e a verdade. Ele relembra Opie da diversão que os dois tiveram com a conversa naquela manhã sobre o cavalo de faz de conta de Opie, Pretinho, e destaca que o animal simplesmente fora criado pela imaginação do menino.

Talvez o mesmo fosse verdade em relação ao sr. McBeevee, sugere Andy. Talvez Opie também tenha inventado o tal homem por diversão. Andy se apressa em observar que não há nada de errado com

isso, desde que o que o menino imagine não interfira em suas responsabilidades nem o leve a fugir do que realmente aconteceu. Ele então conta a Opie que às vezes a coisa responsável a fazer é confessar francamente a realidade em vez de se esconder atrás do que se imagina ser a verdade.

Tudo que Opie tem a fazer, diz Andy, é admitir que o sr. McBeevee é de faz de conta, e todo o incidente será esquecido. Mas se não fizer isso, Andy acrescenta, ele acha que Opie sabe o que vai acontecer.

Opie começa a negar o sr. McBeevee, mas então para.

— Não posso, Pa. O sr. McBeevee não é de faz de conta. Ele é real.

— *Opie...* — começa Andy.

— Você não acredita em mim, Pa? — Opie implora. — Não acredita, Pa?

Andy analisa o filho por um momento e então suspira. Ele aquiesce.

— Eu acredito em você — ele diz.

Dá um tapinha na perna de Opie, sai do quarto e desce para onde Barney e tia Bee estão esperando.

De início, Barney fica aliviado por Opie não ter levado uma surra, mas, quando ouve que Andy disse ao menino que acreditava nele, o subxerife fica fora de si. O que Opie está dizendo é *impossível*, declara Barney.

Andy destaca que muitas vezes ele diz a Opie para acreditar em coisas que podem lhe parecer impossíveis. Ele, com certeza, acertou nesse ponto. Deve ser difícil para uma criança pequena aceitar que estranhos que oferecem doces não têm boas intenções e que disciplina é para o próprio bem.

Mas, Barney protesta, e quanto a toda a conversa sobre o chapéu prateado do sr. McBeevee e como ele retine quando caminha?

Andy não tinha certeza do que concluir disso tudo, mas diz que às vezes é preciso decidir dar um voto de confiança e acreditar no outro.

— Mas você realmente acredita no sr. McBeevee? — pergunta Barney.

— Não... Não — Andy diz com ponderação. — Eu realmente acredito em Opie.

Apesar de a história de Opie parecer completamente fantasiosa, o xerife Taylor dá um passo admirável. Ele acredita no filho, apesar de tudo evidenciar o contrário.

Você acredita em seu filho, apesar de toda as evidências contrárias?

Eu nem sei como enfatizar o bastante a importância de acreditar em seu filho, seja quando ele é reprovado nos exames, seja quando o nome dele está no topo da lista da sala do diretor. Acreditar em seu filho é um dos melhores investimentos que você pode fazer. Eu sei do que estou falando, já que minha mãe era a rainha da crença no pequeno Kevin, que sempre se metia em confusão. Sem a influência dela, ou a influência de uma professora especial que acreditou em mim — apesar de todas as evidências contrárias —, eu não estaria hoje no ramo de ajudar crianças e famílias.

Sua crença em seu filho e sua confiança em

quem ele é vão motivá-lo a caminhar na direção de sua visão do que ele pode ser. Quando você comunica com palavras e ações “Eu acredito em você e espero o melhor de você”, seu filho vai se esforçar para honrar isso.

QUANDO OPIE O DESAPONTA

No final do episódio, Andy volta à floresta para refletir mais um pouco sobre a insistência de Opie de que o sr. McBeevee é real. Balançando a cabeça, ele fala alto o nome do sr. McBeevee, com descrença — e fica atônito ao ouvir alguém responder lá de cima! Segundos depois, um homem calçando botas com travas desce de uma das árvores. Ele é um funcionário da companhia telefônica e, quando chega ao chão, se apresenta como sr. McBeevee.

Andy fica ali parado, estupefato.

— Você caminha pelas árvores. Tem chapéu prateado. E retine. — ele diz, olhando para o cinto de ferramentas do operário. — Você pode soltar

fumaça pelas orelhas, não é? Sr. McBeevee, nem posso dizer como estou satisfeito de tê-lo encontrado! — Andy aperta a mão do homem vigorosamente. — Sou Andy Taylor, pai de Opie!

“Bem”, você pode pensar, “a crença de Andy em seu filho compensou *dessa vez*”.

Mas mesmo se Opie *tivesse* mentido, essa crença ainda teria compensado. Ela teria despertado o desejo do menino de viver segundo as expectativas do pai — e acionado o desapontamento por tê-lo decepcionado.

Vamos assumir por um momento que você repetisse a abordagem do xerife Taylor e descobrisse que seu filho estava inventando a história toda. O sr. McBeevee é uma mentira completa, e seu pequeno tratante sabe disso. O que você deveria fazer?

Quando seu filho lhe conta algo que com certeza é uma mentira grosseira, você pode dizer: “Então, seu amigo Steven viu o sr. McBeevee também? Acho que vou ligar para a mãe dele agora mesmo e perguntar a ela sobre isso”. Vá até o limite. Há uma

consequência para a mentira de seu filho: sua confiança quebrada e a culpa que ele sente por tê-lo desapontado, além do constrangimento por ter a mentira descoberta.

Eis algo mais que você pode fazer. Da próxima vez que seu filho pedir para ir a algum lugar que ele vai todo dia após a escola, diga-lhe que *não*.

— Não? — ele vai perguntar, surpreso. — Por que não? Você sempre me deixa ir lá.

— Não tenho motivo para acreditar que você estará lá *realmente* — você pode responder.

— O que você quer dizer? Eu *sempre* vou lá.

— Bem, você se lembra do que disse sobre o sr. McBeevee? Se eu não pude confiar em você naquele momento, por que deveria confiar em você agora? Você vai ter de reconstruir sua credibilidade. Então a resposta hoje é *não*.

É assim que eu lidaria com a situação, para que ele entendesse que há uma consequência para a mentira. Mais uma vez, é o princípio da disciplina da realidade. Uma vez, porém, que a falha de seu

filho tenha sido exposta, não persista. Ninguém gosta de desenterradores de ossos. Você gosta de ser lembrado de seus erros? Nem seu filho. Lembre-se de que ele precisa de generosidade e encorajamento.

Muitas pessoas não irão acreditar em seu filho. Se for para existir uma única pessoa no mundo que acredite nele, essa pessoa deveria ser você.

E isso, assim como o fato de que não há um lugar como a nossa casa, foi o que eu aprendi em Mayberry.

Boa pergunta!

Como ter consciência de que seu filho o está observando mudará suas palavras e ações nesta semana?

As seis lições mais importantes do lar

- Você não precisa pegar pesado. Deixe a realidade ser a professora de seu filho.
- Aprenda a responder em vez de reagir.
- B não acontece até que A esteja concluído.

- Disciplina é mais do que algo que você faz. É algo que você cultiva dentro de seus filhos, de modo que eles aprendam a tomar suas próprias decisões sensatas.
- Viva segundo suas crenças e fé. Seus filhos estão observando.
- Acredite em seu filho. Essa confiança fará muito no sentido de inspirar seu filho a voar e alcançar seu potencial.

O poder das expectativas positivas

*Por que você está numa posição
vantajosa em casa e na escola.*

Pais, vou lhes contar um segredo. Vocês possuem todas as vantagens. Seu filho provavelmente não teria nem uma roupa de baixo limpa sem você.

Entretanto, dê uma olhada por aí no supermercado, no *shopping center* e mesmo em sua própria cozinha. O que vocês veem? Eu vejo fedelhos de 70 centímetros de altura fazendo todo tipo de exigências para os adultos.

“Não, eu não quero Snow Flakes. Eu quero Estrelitas!”

E as exigências só crescem, junto com a altura das crianças.

“Cadê as chaves do carro? Eu quero as chaves do

carro... Agora!”

Estamos cercados de um monte de crianças egoístas, hedonistas, com uma pauta de mão única: Tudo eu.

Por que atualmente tantas crianças agem com desrespeito? E por que nós, pais, somos pegos atuando no papel de ameaçadores e fingidos, sem chegar a lugar nenhum?

Bem, as crianças fazem isso simplesmente porque se dão bem assim!

Tudo se resume a quem realmente está a cargo de sua família. É você ou seu filho? Você está preocupado em ser amigo de seu filho, em não ferir a “psique” dele, em assegurar que ele seja feliz e bem-sucedido? Se for isso, você está mais para um trator de terraplenagem na estrada da vida de seu filho, alisando todos os calombos para que ele nunca precise se sentir desconfortável ou sair do caminho.

E isso o transforma em quê? Em um empregado, não em pai ou mãe.

O resultado é que as crianças de hoje estão

ficando mais poderosas. Só dizem “eu, eu, eu” e “me dá”. Elas não precisam prestar contas do que fazem e têm menos responsabilidades na família. Para essas crianças, a família não tem a ver com o que elas podem dar, mas com o que podem receber. Elas raramente consideram os outros antes de si mesmas, porque nunca foram ensinadas a pensar assim.

Toda criança joga o jogo diário de tentativa e erro, criado para extrair o melhor de você. E ela está motivada a vencer, porque os queridos mamãe e papai farão tudo o que ela disser. Isso significa que, se ela tentar algo e funcionar, vai tentar de novo. Mas, aos poucos, a criança reforça as tentativas. Em vez de apenas chorar quando não consegue aquela guloseima, ela vai acrescentar uns chutes também. Se bater a porta faz você sair às pressas atrás de sua filha adolescente para lhe entregar as chaves do carro como ela queria, da próxima vez que quiser as chaves, ela será ainda mais dramática. Filhos são mestres da manipulação. Não pense que o seu não o

está manipulando.

Ele está constantemente observando para ver quem está no comando. Como você atua nessa posição tem muito a ver com sua própria criação, com os sonhos que tem para seu filho e com o tipo de expectativa que coloca sobre essa criança.

GRANDES EXPECTATIVAS PERDIDAS

Agustin começou a criar o filho recém-nascido, nem bem saído do hospital, como se o menino estivesse se preparando para o vestibular.[\[1\]](#) A agenda incluía leituras incessantes, música de Mozart e Beethoven e horas juntos assistindo a programas educativos na TV. O homem tinha grandes expectativas em relação a seu filho.

Agustin tinha escrito um conto sobre uma criança superdotada que cresceu para ser cientista e líder mundial em um movimento intergaláctico para socorrer a humanidade. Ele também desenvolveu uma “fórmula mágica”, uma “técnica secreta criada para acelerar a energia em mulheres férteis para que

elas gerassem crianças talentosas” e deu essa fórmula a sua companheira Cathy.

Com apenas seis semanas e meia de idade, Adragon (nome em homenagem ao ano chinês do Dragão) supostamente falou sua primeira palavra: *hello* [olá]. Aos 3 anos, o menino estava estudando ciências. Aos 5, seu Q.I. era de 400, pelo menos segundo o teste de Agustin, o que talvez fizesse dele “o maior intelecto da história”.

Adragon tinha apenas 8 anos quando entrou no Cabrillo College, onde ao que consta aprendeu cálculo aos 9 anos — três anos antes de Einstein. Aos 10 anos, foi transferido para a Universidade da Califórnia, em Santa Cruz, para dedicar-se à matemática computacional, matriculando-se no dobro da carga horária de um estudante normal. Ele se formou um ano depois, aos 11 anos, como o mais jovem graduado em universidade da história, segundo o *Guinness Book of World Records*.

Em entrevistas, Agustin chamava Adragon de sua “maior criação” e “provavelmente a criança mais

singular que qualquer geração já viu desde a época de Da Vinci”.

Agustin, porém, via o tempo que Adragon passava com amigos como desperdício — um ponto no qual ele e Cathy discordavam. Depois da escola “despachava o pobre garoto e corria com ele para casa para amontoar mais coisas em sua cabeça”, contou Lewis Keizer, diretor da Popper-Keizer School para crianças superdotadas, onde Adragon foi matriculado por um curto período.

Em 19 de setembro de 1988, oficiais de justiça irromperam na casa de Agustin com um “mandado baseado em uma declaração juramentada assinada pela mãe de AD: o ‘grande plano’ de Agustin para AD incluía abuso infantil; AD estava em perigo; Agustin possuía um esconderijo de armas; AD estaria melhor se vivesse com [a mãe]”. Os agentes arrancaram Adragon de casa, afastando-o de Agustin e de seu “grande plano”.

As façanhas passaram a não ser a coisa mais importante da vida de Adragon. Os amigos sim, ele

dizia. Conhecido por essas pessoas simplesmente como “James”, o ex-prodígio ainda amava seu pai profundamente.

Aprender como ser uma criança, porém, foi sua maior adaptação. Isso, admitiu James, “pode ser mais difícil do que cálculo”.

Agustin estava errado em ter sonhos para seu filho? Afinal, todos nós, crianças e adultos, não sonhamos com alguma coisa?

Eu ainda me lembro de quando integrava a Little League, subindo à base do batedor, esperando detonar a bola fora do parque e ouvindo meu pai gritar seu sonho das arquibancadas: “Faça um *home run!*”.

Aquelas palavras ecoando em minha mente me deixavam muito mais desesperado para me entender com a bola.

Em toda família, há um choque de dois sonhos muito comuns — o sonho da criança de agradar seus pais e o sonho dos pais de que seus filhos tenham a vida que eles, pais, querem que tenham.

DOCES SONHOS?

Suas próprias experiências de infância e esperanças de adulto sempre tenderão a dar um colorido à forma como você encoraja — ou desencoraja — seus filhos enquanto eles crescem. Se os esportes eram sua passagem para a popularidade na escola, você pode se ver forçando seu filho a praticá-los, quando ele na verdade está feliz no clube de xadrez. Ou pode se lembrar da dor de não passar no vestibular para direito e então direcionar seu filho a entrar por essa porta.

Muitos de seus sonhos são saudáveis. Você quer que seus filhos recebam uma boa educação, cresçam em amor e sejam aceitos pelos outros. Mas quando seus sonhos entram em choque com a personalidade deles, quando tenta aprimorar as habilidades que possuem em detrimento do desenvolvimento saudável em outras áreas, ou faz que a criança se torne um *hamster* correndo constantemente na rodinha, sem chegar a lugar nenhum, você está indo longe demais.

E aqui está o segredo: como seus filhos querem seu reconhecimento mais do que qualquer outra coisa, eles provavelmente estarão de acordo com seu “grande plano”, mesmo que não tenham o menor interesse nele. Por que outro motivo você vê tantas crianças sentindo-se desgraçadas em recitais de piano? Elas estão arrumadinhas, mas não querem ir a lugar nenhum. Na verdade, sempre há uma mãe orgulhosa na multidão, gravando em vídeo o evento todo com um sorriso.

Veja só essa outra mãe com quem conversei recentemente. Sua filha de 9 anos tinha um papel de cantora na peça de Natal. A menina ensaiou, ensaiou, mas, quando subiu para se apresentar, ela confundiu totalmente as palavras. Apesar de ter continuado corajosamente, ela começou a chorar assim que saiu do palco.

A mãe encorajou a filha, mas me disse em particular: “Na verdade, fiquei feliz por isso ter acontecido. Por causa da personalidade dela, ela precisa aprender a lidar um pouquinho melhor com

o fracasso. Fiquei muito agradecida por poder estar lá para que conseguíssemos conversar a respeito”.

Essa mãe tem as prioridades no lugar. Ela valoriza a construção do caráter acima de um desempenho do qual ninguém mais se lembraria três semanas depois. Ela também garantiu estar lá para presenciar a apresentação da filha, o que lhe deu a chance de oferecer de imediato uma força de grande auxílio.

QUAL É O SEU SONHO?

O que você quer que seu filho seja aos 18 anos? Mais ainda, quem você quer que seu filho seja? Você visualiza um estudioso carismático 4.0, disputado pelas faculdades de primeira linha? E aos 22 anos? Um atleta profissional? Um advogado muito bem remunerado logo depois de sair da faculdade?

Muitos pais não vão admitir esse tipo de coisa, mas suas atitudes tornam óbvio seu objetivo. Para atingir esses sonhos para seus filhos, alguns pais

farão de tudo, inclusive a lição de casa deles. Aproximadamente um quarto dos pais admite fazer ocasionalmente a lição do filho quando ele está cansado demais ou se a lição é muito difícil.[2]

Como terapeuta, acho que muitas das expectativas dos pais nascem de boas intenções. Um homem pode lutar contra sua história familiar, cavando seu espaço na escola e na faculdade para se tornar um executivo bem-sucedido. Por não querer que seus filhos se sujeitem ao tipo de vida da qual ele escapou, o pai os pressiona para que obtenham realizações — até empurrá-los para fora de sua própria vida.

Ou uma mãe, sentindo que se casou com alguém “inferior” a ela, quer poupar a filha dessa sina. A mulher insiste na postura da garota, nas roupas, nos exercícios e na higiene geral, esquecendo que um bom casamento depende quase inteiramente do caráter e quase nada tem a ver com aparência.

Mas os pais que fazem um balanço de suas próprias experiências podem evitar repetir padrões

dolorosos com seus filhos. Reserve um momento para refletir sobre sua própria infância e as expectativas correspondentes que você tem para seus filhos.



Olhe para trás +

Uma das coisas mais irritantes para crianças é sempre ser comparada com irmãos e amigos. E, a menos que você só tenha um filho, todos os pais são culpados disso de vez em quando.

“Lembra a primeira vez que o Paulinho fez isso?”, você pode perguntar a seu cônjuge quando sua filhinha lhe mostra a cambalhota dela.

Sem intenção, você acabou de dizer a sua filha: “Seu irmão mais velho fez isso três anos antes de você. O que tem de mais nisso?”.

Comparações são sempre equivocadas porque duas crianças nunca serão exatamente iguais. Este

mundo é grande; precisamos de pessoas analíticas, pessoas engraçadas, administradores, atletas, seguidores, líderes, e assim por diante. Que importa se o segundo filho Samuel não é tão rápido com os números quanto o primogênito Alan? Se o Samuca se tornar apresentador de um programa de entrevistas, ele pode contratar pessoas como Alan para fazer sua contabilidade. Por que, em vez disso, não se conscientizar de que, para fazer o mundo funcionar, são necessários todos os tipos de pessoas e aceitar e estimular os talentos de seu filho conforme eles se desenvolvem?

Seus sonhos deveriam estar alinhados à criação e aos dons de Deus para seu menino ou essa menina. O educador e professor Chuck Swindoll, que atua no rádio, me disse que você poderia traduzir Provérbios 22.6, que diz: “Instrua a criança segundo os objetivos que você tem para ela”, por “Instrua a criança segundo a inclinação dela”.

Então por que não permitir que seu filho siga a própria inclinação em vez de tentar fazer com que

siga a sua? Vocês dois só têm a ganhar.

EXPLOSÕES E VAZAMENTOS LENTOS

A maioria das crianças não é tão articulada para expressar suas emoções. Elas não vão chegar para você e dizer: “Podemos conversar? Estou sentindo que não consigo estar à altura do que você quer que eu seja. Por isso é que estou brigando por qualquer coisa, estragando as atividades em família e implicando com minha irmãzinha”.

Uma criança não vai dizer essas palavras, mas, se for assim que ela se sente, você provavelmente notará isso em seu comportamento. Ela pode começar a responder mal ao pai, à mãe ou a ambos. Se alguém de fora se dispusesse a observá-la por alguns dias, poderia dizer: “Você tem um filho zangado”.

Meu conselho: não ignore a pressão das emoções. O dr. James Dobson chama isso de “explosão *versus* síndrome do vazamento lento”. Se há tensão acumulada ao longo dos anos entre você e

seu filho devido às suas expectativas, não deixe isso vazar para a idade adulta. Enfrente a tensão agora — mas faça isso com sensibilidade. Você não quer que a síndrome do vazamento lento se torne uma “explosão”.[\[3\]](#)

Nenhuma mudança radical pode ser feita da noite para o dia.

Mas você pode começar com um pedido de desculpas.

“Querida, me desculpe”, você pode dizer a sua filha. “Mães e pais também cometem erros. Tenho sido dura com você e me arrependo disso. Quero que você saiba como me orgulho de você, mesmo quando às vezes não ajo dessa forma”.

QUE BOM QUE ELES SÃO NORMAIS!

Quando uma criança está no útero, rogamos a Deus durante nove meses para que ela saia dali com uma aparência normal. Então, mesmo que isso aconteça, nunca mais aceitamos a normalidade! Queremos para o resto da vida que ela se destaque acima da

média.

Para cada história de “sucesso” — digamos um garoto de um centro decadente que conseguiu sair do gueto e comprou uma casa nova para a mãe —, eu poderia lhe contar uma dúzia de histórias como a de um pai da classe média que colocou a família inteira em função da carreira potencial de ginasta da filha, para depois descobrir que a garotinha não tinha o que era necessário para competir em nível nacional. Ou da mãe que acordava os filhos cedo no sábado de manhã para levar o mais velho às provas de natação em outra cidade e depois ficou amargurada quando Júnior decidiu que queria correr de motocicleta em vez de nadar.

Há algo de maravilhoso em ter um filho normal, uma criança mediana, que não se sente pressionado a ser o melhor aluno da classe ou o mais novo zagueiro de futebol americano. Em minha classe do ensino médio, havia alguns garotos que todos nós pensávamos que seriam grandiosos no “mundo real”, mas que não foram muito além do

estacionamento da escola. Se seu filho é mediano, comemore. Eu fico tão satisfeito de ter filhos normais, que aproveitam a vida, sentem-se bem consigo mesmos e se doam generosamente aos outros.

Essas qualidades interiores valem muito mais para mim do que qualquer fileira de notas A no boletim, ou do que ver o rosto de meu filho cintilar no canal ESPN.

SETE MANEIRAS DE USAR AS EXPECTATIVAS POSITIVAS

Enquanto refletia sobre sua própria infância, as expectativas que seus pais tiveram a seu respeito e as consequentes expectativas que criou em relação a seus filhos agora, é possível que tenha experimentado um momento de descoberta. “Puxa, eu realmente andei pressionando demais meus filhos”.

Por outro lado, você também não quer que seus filhos vivam sem quaisquer expectativas. Então como transformá-las em algo positivo, não só para

seu benefício, mas também para os melhores interesses de seu filho? A seguir estão sete maneiras de fazer essa transição.

1. Dê a eles a graça

Quando uma ovelha sai um pouquinho da fila, o que faz um bom pastor? Ele não bate na cabeça da ovelha com força até que ela se submeta. Ele dá uma leve batidinha com sua vara na ovelha para fazê-la voltar à fila.

Mas isso só funciona quando há um relacionamento entre o pastor e a ovelha. Do contrário, aquela ovelhinha não daria a menor bola para o que o pastor fizesse.

Em sua casa, você é o pastor e seus filhos são suas ovelhas. Muitos veem a vara e o cajado do pastor como instrumentos de punição e dor, mas Davi, o salmista, disse que a vara e o cajado “protegem” (Sl 23.4). A vara, na verdade, era usada para resgatar e dar segurança, não para espancar os animais até deixá-los roxos. Quando você pensa em

disciplina dessa forma, isso pode mudar a maneira como você reage a seus filhos.

A expectativa positiva é cheia de graça; permite o fracasso. Quando o pequeno Darcy chora por um chocolate no supermercado, esperar o melhor dele permite que você não entre em pânico. Você diz: “Bobinho! Você não se lembra de que já discutimos isso?” e então segue adiante. Não faça do caso algo maior do que é. Talvez ele realmente tenha se esquecido da conversa do lado de fora do supermercado. Seu desafio é presumir o melhor e agir baseado nisso.

“Boa tentativa”, diz o pai benevolente quando o filho erra o alvo. “Sempre haverá uma próxima vez.” Toda criança vai sair do centro vez por outra. Quando necessário, dê-lhe apenas um empurrãozinho para colocá-la de volta na trilha. O que importa não é que ela esteja caminhando exatamente no centro do caminho, como faria um robô, mas que esteja indo na direção certa.

Afinal, você sempre fez escolhas certas? Você

sempre responde aos outros com o tom de voz correto ou se comporta da melhor maneira?

Eu, com certeza, não. Ninguém faz isso. Expectativas positivas dão ao menino ou à menina um espaço para serem humanos.

2. Construa limites

Expectativas positivas funcionam como grades de segurança naquele vasto caminho que seu filho deve percorrer. Vamos voltar ao exemplo do supermercado. Usando expectativas positivas, você deixou claro quando seus filhos podem ou não ganhar um doce. É normal — não é rebeldia — eles testarem você quanto a isso, pedindo para comprar um pirulito para chupar a caminho de casa antes do jantar. Simplesmente sorria e diga: “Boa tentativa, querida. Você sabe que não vou deixar você comer isso, não é?”.

A pequena senhorita sorri, talvez até dê uma gargalhada, e coloca de lado o pirulito. Sim, ela

realmente conhece os limites. Há ocasiões em que ela pode ganhar um doce e ocasiões em que não pode. Ela entende os limites e aprecia o fato de você conversar como se ela conhecesse: “Você sabe que não vou deixar você comer isso, não é?”.

Você pode até rir com ela: “Você está se fazendo de boba, é? Talvez a gente devesse comprar um montão de batatinhas também, e leite com chocolate, e sorvete, e comer tudo isso no carro; daí a gente realmente vai ter fome na hora do jantar, né?”.

Uma mãe com expectativas negativas pode ceder ao pedido do pirulito, temendo que esteja prestes a enfrentar uma cena pública. Ou pode recusar-se, embora tudo em seu comportamento esteja revelando pânico: “Coloque isso aí! E não me peça de novo! O que você está pensando? Qual é o seu problema? Eu já não disse não no carro? Está ficando surda?”.

A criança reconhece que a mamãe está ficando bastante nervosa com um pedido simples, e de

repente cai a ficha: “Olha só, se não estou enganada, descobri uma fenda na armadura da mamãe. Vamos ver até onde eu consigo levar isso”.

Expectativas positivas podem até construir limites com adolescentes. Veja como:

— Pai — disse meu filho, Kevin II, enquanto se preparava para sair uma noite. — Estarei lá no Peter Piper Pizza com uns amigos.

— Claro — eu disse — divirta-se. Apenas volte em um horário razoável.

— Um horário razoável? — ele perguntou. — Que horas são um horário razoável?

Essa é uma pergunta a que nunca respondi diretamente a nenhum de meus filhos. “Ah, você sabe”, eu respondia, “um horário razoável”.

“Dr. Leman”, você pode estar pensando, “o senhor está maluco? É praticamente impossível ser mais permissivo do que isso!”. É verdade que muitos pais ficariam vibrando se seus adolescentes perguntassem que horas eles precisam voltar à noite — e pode apostar que eles responderiam! Mas, se

você está em busca do desenvolvimento do caráter em longo prazo, precisa perceber que nem sempre estará lá para ter certeza de que seu filho chegará em casa às 23 horas. E quando ele estiver por conta própria? O que fará?

Então qual é um horário razoável? Obviamente não é 4 horas da manhã. Aqui em Tucson, temos um toque de recolher público. Se Kevin II voltasse a essa hora, seus privilégios com o carro acabariam bem rápido.

Em vez de simplesmente fixar um horário específico, eu quis que ele refletisse e decidisse qual seria um horário realista, razoável.

Se eu tivesse de dizer a meu filho que ele precisava estar em casa às 23 horas, a linha final teria sido traçada. Ele poderia querer ficar fora até mais tarde, mas o que evitaria que ele fizesse isso?

Se você está sempre impondo limites, então seus filhos nunca terão a oportunidade de traçar os próprios limites. E aprender a traçá-los ajuda a criança a abraçar o que é bom e amoroso e evita que

faça coisas prejudiciais a si mesma e aos outros.

O objetivo é deixar que as crianças descubram a responsabilidade interna que vai fazê-las seguir até o fim, independentemente de onde estiverem. O truque é lhes dar a liberdade adequada à idade para tomar as próprias decisões. Esperar o melhor de seus filhos mantém a bola de tênis da vida na quadra deles.

Você ficaria impressionado ao ver como seguir esse princípio tira a fúria das palavras em sua casa.

3. Jogue no time de seu filho

Quando nossa filha Lauren tinha 11 anos, ela declarou que sua maior alegria seria trazer amigas para dormir em casa. Afinal, por ter uma considerável diferença de idade da irmã mais próxima, Hannah, ela com frequência ficava em casa sozinha com papai e mamãe. Tentei então prestar atenção a essa questão que estava sempre dançando na cabeça dela: “Posso chamar alguém

para dormir em casa?”. Faço o que posso para lhe dar o que ela realmente necessita. Em outras palavras, jogo no time dela.

Famílias com expectativas negativas revelam rivais hostis, uns cercando os outros cautelosamente, procurando uma fraqueza para explorar. Vocês não podem ter um relacionamento íntimo se estão o tempo todo rodeando uns aos outros no ringue da família, procurando dar um golpe humilhante. É muito mais saudável e feliz que todos joguem no mesmo time.

Estar no time de seu filho não significa deixar todos os seus afazeres de lado para agradá-lo. Significa simplesmente tentar ajudar a atender às necessidades reais, verdadeiras, sempre que possível. Se seus filhos veem que você se desdobra para atender às necessidades legítimas deles, não serão tão rápidos em dar chiques quando, em certos momentos, for preciso lhes dizer não. Mas, se você se vir dizendo não para quase tudo que eles pedem, avalie rapidamente o motivo. É por que vocês todos

estão correndo como *hamsters* na rodinha — marchando como o coelhinho da Duracell, mas sem chegar a lugar nenhum?

4. Aprenda com o fracasso

Recentemente recebi uma carta da escola onde cursei o ensino médio afirmando que eu tinha sido escolhido para integrar a “Parede da Fama”. Essa foi uma das coisas mais engraçadas que já ouvi, porque meu único direito à fama no ensino médio foi pelo meu recorde absoluto de notas ruins.

Graduei-me em quarto lugar do pior para o melhor de minha classe. Meu orientador do ensino médio até me disse que não conseguiria para mim nem sequer uma vaga no reformatório. Inscrevi-me para 160 faculdades e universidades, mas nenhuma me quis. Eu não só era um péssimo aluno; era um problema disciplinar.

Mal pude esperar para contar a minha mãe sobre essa honraria pós-graduação. Afinal, era ela que ia à

escola e conversava com os professores quando eu faltava seguidamente às aulas.

“Mãe”, eu disse, depois de ter lido a carta para ela, “acho que acabamos levando a melhor nessa, não é? Com certeza estamos rindo por último”. E era verdade. Minha mãe, que tinha 92 anos na época (isso é que é esperar para ter uma recompensa como mãe!), quase perdeu a dentadura de tanto rir enquanto conversávamos sobre eu aceitar a distinção.

Fracasso não é tudo. Nem é a única coisa. É simplesmente um indicador de que uma criança precisa de mais tempo para se desenvolver. Se seu filho vai fracassar — e praticamente todos falham —, você deseja que ele aprenda a fracassar dignamente, na segurança de seu lar e sob sua orientação amorosa? As crianças precisam de um lugar seguro para errar na pronúncia das palavras, dizer coisas ridiculamente estúpidas (uma garota que conheço se perguntava como se faz cubos de gelo na Austrália, já que lá é tão quente), ou experimentar

uma combinação de roupas que só agradaria a um palhaço. Então não trate o fracasso como um obstáculo vergonhoso; trate-o como um degrau.

Crianças, em geral, dizem: “Não consigo fazer isso. É muito difícil”. Muitos simplesmente têm mais medo do estigma do fracasso do que de testar suas capacidades. Quando seus filhos disserem coisas assim, gentilmente dirija-se a eles em particular e diga: “Ei, vá em frente e dê o melhor de si. Se não funcionar, não faz mal. Pelo menos você aprendeu essa lição”. Se você mantém o fracasso em um contexto saudável, isso ajuda as crianças: é normal, é uma parte natural da vida. Você pode lhes contar seus próprios fracassos para demonstrar que não foi o fim do mundo.

Jogos da liga infantil de beisebol são emocionantes de assistir precisamente porque os jogadores infantis têm todas as oportunidades de errar. Na verdade, os jogadores de beisebol formados muito cedo nas ligas inferiores raramente se dão bem nas maiores. Os técnicos dos times

gostam de “temperá-los”. É por isso que a ideia de deixar seus filhos fracassarem em casa é tão positiva. Você precisa que o ânimo de seu filho seja testado nas “ligas inferiores”, onde ele pode se sentir confortável para descobrir a coragem de correr riscos e terá seu encorajamento para continuar tentando quando fracassar.

5. Escolha suas palavras cuidadosamente

A atriz Gwyneth Paltrow descreveu a si mesma como “a garotinha do papai de todos os tempos”.[\[4\]](#) Seu pai, Bruce Paltrow, a levou a Paris quando ela estava com 10 anos para que “pudesse ver a cidade pela primeira vez com um homem que sempre a amaria”. Gwyneth se lembra de como as palavras do pai criaram “uma rede enorme de segurança” para ela.

“Meu pai tinha aquele entusiasmo judaico

incrível”, disse Gwyneth, cujo pai faleceu alguns dias depois de seu aniversário de 30 anos. Ela se lembra dele “realmente nos incentivando [Gwyneth e o irmão] o tempo todo. E quando, aos 9 anos, você ouve que é a melhor pessoa, isso penetra, e você pensa: ‘OK, não vou ter medo de tentar, porque sempre fui amada, independentemente de qualquer coisa’.”[5]

Um sábio provérbio diz: “A língua tem poder sobre a vida e sobre a morte” (Pv 18.21). Vejo essa verdade acabar com famílias no país inteiro.

Todo mundo conhece o ditado “Paus e pedras podem quebrar meus ossos, mas palavras não me atingem”. A verdade é que as palavras realmente têm o poder de destruir; algumas palavras, uma vez ditas, são difíceis de ser recolhidas.

Mas palavras também têm um poder miraculoso: “A língua dos sábios traz a cura”, diz outro provérbio sábio (Pv 12.18). Paltrow disse que seu pai “era a única pessoa na vida de quem sempre se podia pensar: ‘Estou segura porque ele está aqui, e

ele é tão inteligente, e sabe de tudo, eu sempre posso recorrer a ele””.[\[6\]](#)

Não é dessa maneira que você quer que seus filhos pensem a seu respeito? As palavras corretas ajudam seu filho a vê-lo como um porto seguro, alguém que sempre está atento e acessível a eles.

“Isso me mata, quando penso a respeito”, acrescentou Paltrow. “Deixa meu coração em pedaços. Como fui sortuda!”[\[7\]](#) Paltrow realmente teve sorte. Você não quer dar a seus filhos o mesmo tipo de afirmação?

6. Tenha a conversa

Não, não estou falando daquela conversa. Não a da cegonha. O que estou pensando pode ser ainda mais importante.

Em algum momento você precisa dizer a seu filho ou filha algo como: “Não importa o que você faça na vida, sempre vou amá-lo. Você pode ser mau para sua irmã, pode não ser legal conosco,

pode rejeitar nossa fé ou se tornar um mentiroso, um ladrão, ou uma combinação de tudo isso — mas eu sempre vou amar você. Isso nunca vai mudar”.

“Que sentido faz dizer isso para um filho?”, você poderia perguntar. “Não seria melhor incutir um pouco de medo no coração da criança, dizendo a ela para andar na linha, senão...”?

Muitas crianças se rebelam porque sentem que seus pais só se preocupam em ter filhos que ajam de acordo com a expectativa deles. “Tudo o que meus pais querem é se vangloriar das coisas que faço na frente dos amigos deles”, Jonathan me disse. “Então toda semana eu tenho de fazer algo grandioso ou novo para que eles se sintam bem sobre si mesmos. Estou cheio disso.”

Marisa via isso de um ponto de vista diferente. “Toda vez que vamos a algum lugar, meu pai diz: ‘Estou só avisando, é melhor se comportar’. Acho que depois de 13 anos, eu já entendi perfeitamente.”

Nem os pais de Jonathan nem os de Marisa entenderam o poder das expectativas positivas. Se

você espera o melhor de seu filho, não tem de avisá-lo da punição se ele fizer o pior. E se você está esperando demais de seu filho (como os pais de Jonathan), precisa recuar e examinar por que está colocando tanta pressão sobre ele. Que sonhos seus você está tentando realizar por meio de seu filho?

7. Dê a seus filhos o pertencimento à família

Geralmente chego a hotéis tarde da noite e com fome suficiente para comer os folhetos da recepção. Nesses momentos, eu até considero um restaurante que sirva apenas porções de amendoins e refrigerantes.

— O restaurante ainda está aberto? — pergunto à recepcionista.

— Não, fecha às 22 horas.

— E quanto ao serviço de quarto?

— A cozinha fechou às 23 horas.

Olho meu relógio; são 23h03.

Ora, se o gerente desse hotel é esperto, ele dá poderes à pessoa no balcão de entrada para se

encarregar de situações como essa. Se o hotel não se preocupou com isso, então escuto: “Sinto muito, não posso fazer nada a respeito”.

Mas, se o gerente do hotel ajuda os funcionários a tomarem posse do negócio e lhes dá a liberdade para fazer as coisas acontecerem, eu tenho mais chance de ouvir:

— O senhor está querendo um jantar completo?

— Não, minha senhora. É tarde. Tudo que eu quero é um sanduíche.

— Bem, deixe-me ver se consigo falar com o cozinheiro antes que ele saia para providenciar um sanduíche para o senhor. Está bem assim?

— Seria ótimo.

Funcionários que só se preocupam com o próprio umbigo não estão pensando no negócio, mas em cair fora o mais rápido possível e chegar em casa antes do começo da novela. Funcionários com liberdade de ação pensam na reputação do hotel, em ajudar as pessoas que atravessam suas portas. Eles tomam posse de seu trabalho.

De maneira semelhante, você pode delegar poderes a seu filho com suas expectativas positivas, a fim de que ele seja responsável em casa, na escola, em todo lugar. Você pode prepará-lo um pouquinho por vez para retribuir à família, assumir responsabilidades e prestar contas em casa. Em vez de manter seus filhos no cabresto e fazer tudo sozinho, você deixa que eles assumam a posse da família e da casa.

Filhos que sentem essa posse vão respeitar e recompensar a família. Quando os amigos ou familiares vierem, eles farão a parte deles nas tarefas e ajudarão. A casa não é um hotel no qual os administradores (pai e mãe) cuidam de tudo. E a mamãe não é a escrava que vai limpando depois que eles passam. Seus filhos também vão aprender rapidamente que não dar uma mão tem consequências: perda de privilégios para usar o carro, por exemplo, ou para sair à noite com amigos.

Filhos podem fazer mais do que você pensa: eles podem procurar os horários do cinema, ajudar a

pesquisar a viagem da família para o acampamento ou organizar as férias para visitar a vovó. Pais que delegam com o objetivo de inculcar um senso de pertencimento em seu filho colocam as expectativas positivas em ação.

A maioria das famílias é gerida autocraticamente. Há um rei e uma rainha, e em uma casa com só um dos pais, geralmente é uma rainha. Com esse tipo de organograma, é fácil criar filhos que não se importam com o que acontece no castelo, porque não são seus proprietários. Eles se tornam interesseiros, esperando que os benevolentes déspotas sejam os únicos doadores.

Quando trabalhei como reitor de alunos na Universidade do Arizona, decidimos esperar o melhor dos jovens. Disponibilizamos tinta para eles decorarem os quartos no alojamento e cobramos bem barato — talvez uns US\$ 15 — pela tinta.

Eles grafitaram as paredes ou atiraram latas de tinta do teto do dormitório para criar arte moderna na calçada? Não. Eles pintaram os próprios quartos

e passaram a cuidar muito melhor do espaço em que viviam porque investiram nele.

Se você dá a seus filhos responsabilidade e pertencimento e espera que eles façam a parte deles, com muita frequência eles corresponderão. Isso vale para casa — e para a escola.

DE VOLTA À ESCOLA?

Minha esposa e eu tivemos uma conversa estimulante certa vez sobre ensinar os filhos em casa.

“Querida”, eu disse, “o que você acha de ensinar os filhos em casa?”.

“O quê?”, foi a resposta

E esse foi o final da história.

Alguns pais ensinam seus filhos em casa.[\[8\]](#) Eles me deixam impressionado. Eu simplesmente não saberia como fazê-lo. Definitivamente, eles são gênios da organização e têm uma capacidade multitarefas muito superior a minha. Além do tempo que isso exige, ensinar em casa propõe outros

desafios. Não dá para mandar um bilhete para a professora, dizendo: “Ah, bem, Bruno não fez a lição, já que dormiu demais esta manhã”. Você precisa se tornar um pouco criativo em sua estratégia e em sua disciplina, não é?

Quer você ensine em casa, quer mande seus filhos para uma escola pública ou privada, sua atitude em relação à escola será parte fundamental da experiência educacional de seu filho.

A escola geralmente é o primeiro campo de provas de seu filho fora de casa (mesmo o ensino em casa tem “grupos” que se reúnem fora) e um grande referencial para as expectativas dos pais. Ela separa as crianças segundo a idade (ou pelo menos o ano escolar) e então oferece medidas de desempenho baseadas em abaixo da média, na média ou acima da média. Não é o caso de avaliar se isso é sensato; é o que é feito, e faz que muitos pais caiam na tentação de julgar sua própria competência e identidade segundo o desempenho dos filhos.

Algumas semanas depois de enviar as cartas de

aceitação e rejeição do Massachusetts Institute of Technology (MIT) de 2006, Marilee Jones, reitora de admissão, recebeu uma breve resposta de um pai decepcionado. Escrita no papel timbrado da empresa do pai, dizia: “Vocês rejeitaram meu filho. Ele está arrasado. Nos vemos nos tribunais”.

Ironicamente, Marilee recebeu outra carta no dia seguinte — do filho daquele homem. Nela se lia: “Obrigado por não me aceitarem no MIT. Este foi o melhor dia da minha vida”.[\[9\]](#)

Muitos pais ficam desesperados não só para fazer que os filhos atravessem a porta de uma escola de prestígio, como para arrancar as dobradiças da porta. “No MIT”, disse Jones, “recebemos pedidos de devolução dos formulários de inscrição já em processo para que os pais possam conferir a ortografia do filho. Diariamente recebemos faxes de pais com atualizações sobre a vida de seus filhos. Pais nos perguntam até se devem usar o próprio papel timbrado quando escrevem uma carta de recomendação do filho”.[\[10\]](#)

Envolver-se em excesso no sucesso de seu filho ou tentar conduzi-lo a Harvard contraria a decisão de criar um filho para ser responsável e atencioso com os outros. Os pais que preenchem o formulário de inscrição dos filhos para a faculdade (e eu conheço muitos assim) estão ensinando uma lição triste, porém clara: “Não importa como você joga o jogo; só interessa se você ganha ou perde. Você e eu sabemos que esse formulário é muito mais meu do que seu, mas caráter e integridade não são tão importantes quanto entrar”.

Ao fazer isso, você basicamente disse a seu filho que não há problema em mentir e que não acredita que ele tem o que é necessário para conseguir sozinho. Para ser franco, eu preferiria mandar meus filhos para uma faculdade qualquer no meio do nada para estudar lavagem de vidraças a mandá-los para Yale com essa filosofia ressoando em seus ouvidos! Isso só os mantém na rodinha, girando, girando, tentando atingir expectativas ilusórias que eles nunca serão capazes de alcançar.

LEMBRE-SE DO PASSADO... NO JARDIM DE INFÂNCIA

Essa atitude de fazer de seu filho um vencedor — em vez de desenvolver o caráter e a responsabilidade dele — começa muito antes de eles saírem para ir à faculdade. Começa lá atrás, no jardim de infância.

Fico impressionado com pais que tratam até os pré-escolares com uma seriedade sanguinária. Da última vez que conferi, o “pré” de *pré-escola* significava “antes da escola”. Mas muitos pais ficam loucos porque seus filhos não entraram na pré-escola “certa”. Esse tipo de atitude estabelece uma pressão desmedida sobre as crianças no sentido de se destacarem academicamente, além de submetê-los à tentação de cortar caminho e valorizar a realização mais que o caráter. E essa pressão pode prejudicá-los durante todos os anos escolares e até na vida adulta, porque o peso das expectativas dos pais é grande demais.

Sempre disse a meus filhos que não esperava notas perfeitas. Eu estava mais interessado que eles sempre dessem o melhor de si. Aquele 4.0[11]

adornado de atividades extracurriculares pode colocar seu filho em uma escola da Ivy League, mas um dia essas notas vão acumular poeira em caixas na garagem. Mas quem seu filho será? Ah, *isso é* o mais importante no longo prazo. Eu garanto que, quando ele tiver 30 anos, ninguém vai perguntar: “E qual foi seu GPA no ensino médio?”.



De olho em seu olho crítico +

A PRESSÃO PARA COLAR

Entrei na cozinha certa manhã e encontrei um pedaço de papel sobre a mesa no qual Lauren tinha escrito:

Prova de latim: terça-feira, 20 de maio

Conjugar verbos (isso significa colocar as desinências neles)

De repente, os anos evaporaram. Surpreendi-me recitando:

laudo (eu elogio)

laudas (tu elogias)

laudat (ele elogia)

laudamus (nós elogiamos)

laudant (eles elogiam)

A anotação de Lauren reavivou em mim muitas lembranças (dolorosas). Precisei de cinco anos para passar em latim; e mesmo assim só passei porque Carl Maahs foi bondoso o suficiente para abaixar o ombro esquerdo.

Colar para me livrar do latim me fez pagar um preço em dois sentidos: eu não só deixei de aprender a matéria, como não adquiri habilidades de estudo como disciplina, trabalho em equipe e pensamento criativo. (Bem, talvez eu tenha exercitado um pouco

de pensamento criativo, mas não aquele que se deseja encorajar.)

Infelizmente, muitas crianças são como eu era na escola. Aaron Eisman, aluno do último ano do ensino médio em uma cidade abastada do estado de Connecticut, confessou que “Em Westport, tirar um B é como tirar um F. Então, se você não sente que pode conseguir sozinho, encontra outro jeito”.[\[12\]](#) Esse “outro jeito” para *três entre quatro estudantes* hoje em dia inclui colar — desde instalar *softwares* adicionais na calculadora até olhar a prova do vizinho, como fiz na turma de latim.

A dra. Suniya S. Luthar, psicóloga do desenvolvimento no Teachers College da Universidade de Columbia, estuda adolescentes ricos como os de Westport. Nesse grupo, que ela descreve com simpatia como “um grupo de jovens realmente miserável”, a dra. Suniya vê “altas taxas de depressão, ansiedade, fraudes e consumo desenfreado de álcool [...] que ela atribui a duas causas: pressão para obter sucesso e falta de contato

significativo com adultos”.[\[13\]](#)

Falta de contato significativo com adultos. Se isso não for um apelo para que a família se concentre em passar tempo com os filhos, eu não sei o que é! Os jovens de hoje, orientados a se tornar bem-sucedidos desde o dia que largam as fraldas, precisam que os adultos deem um passo à frente e comecem a enfatizar caráter e honestidade acima de realização com fraude.

A NOTA DAS NOTAS

Ocasionalmente, durante uma conferência, um pai ou uma mãe se aproxima de mim e pergunta:

— O que eu deveria fazer com relação a minha filha cujas notas não são grande coisa?

— Que tipo de criança ela é ? — eu pergunto.

— Oh, ela é uma menina ótima — geralmente responde o pai ou a mãe. — Ela é uma irmã cuidadosa.

— Sua filha é obediente?

— Claro.

— Uau — eu digo — você é abençoado(a) por ter uma filha assim.

— Bem, dr. Leman, disso nós já sabíamos — o pai ou a mãe responde, assumindo que eu não entendi o cerne da questão.

— Ouça o que estou dizendo — eu continuo. — Sua garota mediana de 13 anos faz várias escolhas na vida. Um adolescente de hoje sempre tem acesso fácil a drogas, sexo, álcool, furto em lojas, vandalismo, pode fazer a lista que quiser. Essas coisas estão a um passo de distância. Você deve ter feito alguma coisa certa para criar uma filha que respeita seus valores e pensa primeiro nos outros. Isso diz muito mais para mim do que se a média dela é 2.7 ou 3.7.

Alguns pais precisam parar e pensar nesse momento.

— É... — eles podem admitir — realmente somos abençoados por ter a filha que temos.

— Vocês precisam dar nota às notas — eu acrescento.

— Ahn? O que isso significa?

— Significa que vocês precisam colocar as notas em perspectiva. Prestem atenção às habilidades de sua filha, a seu nível de dedicação, a seu trabalho ético e a sua vida em geral, e então graduem a importância das notas com base nisso. Eu prefiro ter uma filha que tira B em uma prova de cidadania, mas ainda assim envia cartas sensíveis à avó, do que uma estudante obsessiva que tira A+ nas aulas de cidadania, mas nunca fala com os avós porque acha que eles são chatos e têm um cheiro estranho.

Estou baixando demais os obstáculos ao tirar o foco das notas? Não. Espero que todos nós tenhamos expectativas realistas que qualifiquem nossos filhos para desenvolver seus talentos e capacidades — e que façam o melhor possível na escola. Mas não vejo as notas como problema fundamental entre os jovens hoje. Coloque as notas em perspectiva — essa é a questão que precisa de atenção.

Pense só: quando foi a última vez que alguém

pediu para ver seu boletim do ensino fundamental? Quanto tempo faz que alguém pediu seu histórico escolar do ensino médio? Quantos anos se passaram desde que alguém mencionou a faculdade em que você se formou (ou não)?

Tenho de confessar: eu sou aquele cara que, quando questionado pela mãe sobre por que tirou um C e quatro notas F no boletim da metade do semestre, dizia: “Sei lá. Acho que me concentrei demais em uma matéria”. Entretanto, minha falta de sucesso acadêmico inicial evitou que eu fizesse o que faço hoje? De jeito nenhum! Na verdade, me proporcionou muito material divertido!

Se seu filho está tirando o tipo de notas que eu tirava, diga a ele: “Que pena ver que você não gosta da escola”. Mas seu filho está aprendendo? Ele gosta de desmontar máquinas e descobrir o que as faz funcionar? Ela adora ler os romances de Jane Austen por conta própria? Ele é fascinado por filmes e sempre pede emprestado sua câmera para dirigir os amigos em um filme amador? Fico mais

preocupado se meus filhos estão aprendendo do que se vão se formar entre os 10% ou 20% melhores de sua turma.

Da mesma forma, quando você vê boas notas em um boletim, não vá bancando o responsável pela admissão em faculdades. Não diga: “Estamos tão orgulhosos — as faculdades logo estarão batendo a nossa porta para pedir para você entrar lá!”. Em vez disso, diga: “É ótimo ver que você está aprendendo. Aposto como você está orgulhoso dessas notas”, ou “Todo o esforço que você fez está realmente compensando!”.

Se sua filha está tirando notas médias, e você honestamente acha que ela é capaz de fazer melhor, pergunte o que ela acha das próprias notas. Ela pode admitir que poderia estar indo melhor. Então, de novo, se ela não tem a confiança que corresponde às suas habilidades, pode subestimar o próprio potencial.

Quaisquer que sejam as opções de educação que você considere, apenas tenha consciência de que é

importante que você não tire uma licença de treze anos assim que seu filho entra no jardim de infância e fique esperando que “os profissionais” assumam a partir daí. Para avaliar como seu filho está indo academicamente, você precisa conhecê-lo, saber o que ele está aprendendo e o que a professora está dizendo sobre o progresso dele. Se você está correndo do escritório para o balcão de entregas do restaurante chinês para pegar o jantar, e então trabalhando em seu *laptop* enquanto coloca as crianças na cama, não terá predisposição ou paz de espírito para acompanhar como seus filhos estão indo. Por outro lado, às vezes pais que ensinam os filhos em casa lutam para saber quando parar de ser professor e começar a ser pai.

Quando seu filho entra na escola, ele precisa de seu envolvimento nesse momento mais do que nunca. Se ele acha que você se afastou, que sua casa se tornou um hotel em vez de um lar, os anos escolares serão mais difíceis do que precisam ser acadêmica, social e emocionalmente.

A LIÇÃO DE CASA É SUA?

Você jamais vai me ouvir perguntar a um filho: “Você tem lição?”.

Por que isso? Porque eles sabem se têm ou não, e meus lembretes incômodos só iriam forçá-los a encarar algo que eles já deveriam estar encarando sozinhos. Se você educou seus filhos para serem responsáveis durante todo o caminho, eles vão fazer a lição de casa. Ser diligente nos estudos é parte da responsabilidade deles.

Lembro-me de me ter sentado com uma de nossas filhas e dito: “Querida, estas são as suas notas. Não sei por que eles as enviam para nossa casa em meu nome e no nome de sua mãe, porque são suas, mas é o que fazem. E, daqui a nove meses, algum estranho que você nunca encontrou vai olhar para esse pedaço de papel de 20 cm x 30 cm com seu nome, seu endereço e essas notas e fará todo tipo de inferências sobre você. Eles não a conhecem como eu; não enxergam o que está por trás dos números. Tudo que eles veem é um nome e um

número. Agora, entendendo isso, o que você acha que devemos fazer a respeito das *suas* notas?”.

Sua parte é ajudar a preparar um espaço para estudos. Providencie uma escrivaninha e uma cadeira e certifique-se de que a área seja bem iluminada. Deixe seu filho saber que a escrivaninha não tem fins decorativos.

Muitos pais transformam a sala de estar em uma escola noturna depois que a criança já fez uma hora de lição de casa. Apesar de a escola ser muito importante, não pretendo virar a vida de minha família de cabeça para baixo em função da escola. Quando as crianças trazem lição para casa, faça que haja limites no tempo gasto com ela. A Associação de Pais e Mestres e a National Educational Association[14] recomendam a regra dos dez minutos: pegue o nível escolar de seu filho e multiplique por dez, e esse geralmente é um bom limite quanto ao tempo que seu filho deve estudar ou se dedicar à lição de casa (trinta minutos para o terceiro ano, uma hora para o sexto ano, e assim por

diante). Se levar mais do que isso, alguma coisa está errada.

E se a lição não estiver sendo feita? Suponhamos que você saiba que seu filho de 8 anos não fez a lição porque você o ouviu no quarto escutando um jogo de futebol. É aqui que a disciplina da realidade realmente contribui para a sua causa. Você não precisa importuná-lo dez vezes, dizendo: “Josafá, por que você não está fazendo a lição? Quantas vezes eu te disse para desligar esse rádio?”.

Em vez disso, não diga nada. Secretamente ligue para a professora pela manhã antes da aula e diga: “Professora Mirtes, estou ligando só para informá-la de que Josafá nem tocou na lição na noite passada”. Então a professora pode chamá-lo diante da classe naquela manhã e dizer: “Josafá, será que você poderia começar a aula nos mostrando as respostas dos problemas de sua lição”.

Fazer que a professora responsabilize Josafá por suas ações é só dar uma mãozinha à disciplina da realidade. Você precisa conhecer seu filho, é claro,

para avaliar se isso dá a chacoalhada necessária nas prioridades dele. Até mesmo o pequeno Josafá pode — e deve — ser responsabilizado por suas ações com a disciplina da realidade. “Realidade” é ele ser responsável por ter feito a lição no prazo; “disciplina” é a professora chamando-o às falas — literalmente. Se esse é o padrão de seu filho, esse leve arranhão no ego vai custar menos no longo prazo do que o hábito da irresponsabilidade.

As crianças precisam assumir sua experiência escolar de outra maneira também. Estou falando do trabalho de comunicar o que está havendo na escola. (Isso também vale para quem estuda em casa e vai a outro lugar para uma aula separada.)

Certa tarde, a caminho de casa depois da escola, Lauren conversava animadamente sobre um mosaico que eles estavam criando na classe. Ela explicou o processo de criar as camadas e como levaria algumas semanas para que tudo fosse concluído. Não sei direito se entendi alguma coisa. Mas é por isso que sou psicólogo, não artista de

mosaico.

Nunca pergunto a meus filhos o que eles aprenderam na escola. Cedo ou tarde eles vão me falar a respeito, e é mais saudável que eles deem início à conversa. A maioria das crianças pequenas vai dizer o que está pensando sem você precisar perguntar. E vai dizer muito mais se você não ficar insistindo. Insistir só as faz ficarem mais caladas.

Então não pergunte a uma criança pequena: “O que você fez na escola, querida?”. Ela vai responder, mas, se você ficar perguntando a mesma coisa sempre, geralmente a terá vencido pelo cansaço no quarto ano. Uma vez que ela sente que responder a sua questão é “reportar-se”, você não ouvirá grande coisa. Se estabelecer um sistema no qual só você questiona, a criança aprende com o tempo a dar respostas rotineiras.

— Como foi seu dia?

— Legal. (A criança diz isso virada para o outro lado, olhando pela janela.)

Uma mãe com quem conversei não entendia isso.

Eu me dirigi ao marido dela e perguntei:

— Quando você termina um dia de oito horas no trabalho, está morrendo de vontade de repassar cada detalhezinho com sua esposa? O que lhe parece?

— Terrível! — ele confessou. — Em casa eu quero relaxar. A última coisa que quero é reviver cada coisa da qual estou tentando escapar.

— Isso é exatamente o que quero dizer! — eu falei. — Deixe sua casa ser um lar, um local de refúgio, um lugar em que seu filho pode se recuperar dos estresses da escola em vez de ser forçado a revivê-los.

DE VOLTA PARA O FUTURO

Em uma sociedade que pressiona as crianças, você precisa trabalhar duro para que seus filhos encontrem o próprio ritmo. Isso certamente é verdadeiro quando se trata de educação.

Se seu filho não está acompanhando muito bem as atividades em classe ou não parece ser tão maduro emocional e socialmente quanto seus

colegas, e a professora está considerando a possibilidade de reprová-lo, não fique na defensiva. Não grite: “Por que você diz isso sobre meu filho? Ele é brilhante!”.

Sem dúvida que é. Mas inteligência e prontidão são coisas diferentes. Não é preciso ter um ph.D. em psicologia para notar que as crianças amadurecem em ritmos diferentes. Infelizmente, a maioria dos pais se apega à situação escolar dos filhos como se a vida das crianças dependesse disso.

Não me entenda mal. Não estou defendendo um padrão mais baixo só porque o máximo que conseguia na escola foi um monte de notas D. Mas não force seus filhos a passar para o próximo ano se eles não estão entendendo a matéria. Se você está em dúvida, deixe-os repetir. E, se a professora de seu filho está em dúvida, evite fazer um julgamento precipitado.

Pode parecer traumático agora, mas garanto que concluir o ensino médio aos 18 ou 19 anos não significa nada depois de dez anos, ou mesmo dois.

Você consegue imaginar um diretor de empresa dizendo: “Bem, nós realmente gostaríamos de promover Alan em vez de Alice; ele é melhor com as pessoas, se sente mais confortável com a diretoria e parece ter uma compreensão melhor do negócio da nossa companhia. Mas Alice tinha apenas 16 anos quando terminou o ensino médio, e Alan tinha 19. Acho que terá de ser a Alice”.

Essa conversa jamais vai acontecer. Mas vamos dizer que os pais de Alan tenham decidido fazê-lo passar na escola, mesmo sem ele estar acompanhando. Eis um cenário que pode acontecer: “Alan parece ter cabeça para esse trabalho, mas não tem confiança. E, socialmente, não tenho certeza de que ele possua o que é necessário para obter o respeito dos outros. Por isso, acho que Alice tem o perfil para o novo cargo”.

Os futuros empregadores de seu filho vão olhar para o caráter, as habilidades de relacionamento e outras capacitações dele. Não vão pensar em questionar quanto tempo levou para seu filho sair do

ensino médio. Eles só estarão preocupados com a qualidade da pessoa que saiu.



**Tire o estresse do trabalho
escolar! +**

Nossa filha Lauren mal tinha se posicionado para a largada na escola quando disparamos a arma novamente e a fizemos recomeçar o jardim de infância. Segurá-la um ano significou que ela estava destinada a ficar para trás para sempre? Não. Sua psique foi prejudicada devido à percepção do fracasso? Difícilmente. Pais que leem isso nessa situação são aqueles que poderiam exercer um impacto negativo na vida de seus filhos devido ao seu cerco de hipervigilância.

Hoje, Lauren é mais do que brilhante. Ela pode literalmente recitar o alfabeto de frente para trás e de trás para a frente e soletrar praticamente qualquer

palavra em inglês que surja na frente dela. Ela poderia muito bem ser uma autora publicada no momento em que saísse do ensino médio.

Se você tem irmãos de idades próximas, porém, algumas perguntas podem estar pipocando em sua mente. O que acontece quando um filho é um ano mais novo do que o primeiro? Você vai segurar seu primogênito um ano e colocar as duas crianças na mesma série? Não é uma boa ideia, porque você quer manter os dois afastados o máximo possível.

Por exemplo, se você tem um filho nascido em novembro e um segundo nascido quinze meses depois, em fevereiro, tome sua decisão tendo em mente todos os filhos — e quanto mais separação houver entre eles, melhor. Se essa criança primogênita de novembro é um pequeno gênio e seu segundo filho, de fevereiro, é notadamente lento, você pode colocar o primeiro com crianças da mesma idade e segurar o segundo por um ano. A diferença seria então de dois anos entre eles, o que seria de especial ajuda para o segundo. O que você

não vai querer é forçar essa segunda criança de desenvolvimento mais lento a seguir o rastro do pequeno crânio primogênito.

TRAZENDO A PROFESSORA PARA O SEU LADO

É importante trabalhar bem com os professores de seu filho. Talvez você seja capaz de recitar de cor o discurso de apresentação das reuniões da Associação de Pais e Mestres. Eles dizem a mesma coisa todo ano: “É tão bom ver os pais aqui esta noite, trabalhando lado a lado com a escola para ampliar os horizontes da próxima geração”.

O fato é que pais e professores nem sempre trabalham bem juntos e costumam entrar em divergência. Mas, quando você sente a urgência de tomar partido contra a professora de seu filho, dê a ela o benefício da dúvida. Se você ouve de seu filho que a professora fez isso ou disse aquilo, não ligue para o diretor — ligue para a professora. Vá direto à fonte.

Diga: “Veja, ouvi isso de um menino de 9 anos,

mas quero ouvir de você. Soube que foi isso o que aconteceu na classe hoje, mas quero ouvir sua versão”. Você não apenas ouve o outro lado da história, mas ensina a seu filho que ele não pode fugir de uma situação usando palavras para culpar outra pessoa.

Com duas filhas e um genro que trabalharam na área da educação, conheço o sistema de todos os lados. É natural para os professores terem uma afinidade particular com alguns estudantes. Todos somos humanos; há alguns tipos de personalidade com as quais nos damos bem, e outras, não. Mas, em vez de fazer acusações selvagens de favoritismo, tente entender o que está impedindo que seu filho e a professora tenham um relacionamento produtivo. Ajude a professora a entender a singularidade de seu filho.



**Reduza as expectativas relativas
à escola +**

Pode ser uma experiência de aprendizado valiosa para seu filho ou filha também. Você poderia dizer algo assim: “Querida, é óbvio que você e seu professor não se dão muito bem. Mas eu falei com ele e acredito que ele vai ser justo ao lhe dar as notas. Sabe, de certa forma, esta é uma grande oportunidade de se preparar para o futuro. Vai chegar um dia em que você terá um chefe com quem não se dará bem do mesmo jeito. Mas você vai ter de aprender como trabalhar na companhia dessa pessoa mesmo assim, assim como hoje tem de aprender a ser aluno desse professor”.

O professor de seu filho pode ter apenas vinte alunos ou chegar a cem. Não é justo esperar que ele perceba imediatamente a melhor maneira de trabalhar com seu filho, que você conhece e ama há anos. Fique do lado do professor, trabalhe com ele, e seu filho se beneficiará.

OPÇÕES À BEÇA!

Aaron Brown, de 17 anos, aluno do ensino médio em Arlington, no estado do Texas, estudou em casa praticamente a vida toda, mas recentemente voltou à escola.[\[15\]](#) Não para uma escola pública ou particular tradicional, mas algo entre essas duas opções e o ensino em casa.

Brown frequenta a Grace Preparatory School, onde passa cerca de quinze a vinte horas por semana na sala de aula, ou cerca de metade do tempo tradicional de alunos de ensino médio público ou privado regulares. O restante de seu tempo livre deve ser usado para organizar sua própria lição de casa e estudar, o que é exatamente o que será esperado dele na faculdade.

Essa abordagem, conhecida como UMS [sigla em inglês para university-model schooling, ou educação de modelo universitário], é uma alternativa à educação tradicional pública ou privada, assim como ao ensino em casa — e reflete os pontos fortes de ambos.

Em uma escola pública tradicional, os alunos

costumam passar de 35 a 40 horas por semana em sala; alunos de ensino em casa, por sua vez, passam poucas horas, se é que passam alguma, em um ambiente formal de sala de aula. Quando o aluno tradicional e o que estudou em casa entram na faculdade e espera-se que ambos passem cerca de quinze horas-crédito por semana em classe e muitas outras fora dela, a transição exige ajustes significativos, especialmente se a disciplina interna não foi desenvolvida adequadamente.



**Qual a melhor opção
educacional? +**

A UMS se inspira nos pontos fortes da educação tradicional, ao preparar para a experiência estruturada em sala de aula do ensino superior, além do envolvimento e encorajamento dos pais quanto à autodisciplina, marcantes no ensino em casa. Isso se

alinha ao objetivo de ensinar as crianças de dentro para fora.

Durante as aulas iniciais da UMS no ensino fundamental, os pais são altamente envolvidos na educação. De forma gradual, eles passam gradualmente do papel de tutores para o de monitores de curso nos anos do ensino médio, quando o número de aulas em classe aumenta.

Assim como no modelo de ensino em casa, o UMS incentiva o desenvolvimento do caráter e ajuda as crianças a crescer com independência, permitindo ainda um alto nível de interação com os pais — sua marca indelével — no percurso. Eu apoio a UMS de todo o coração em famílias que procuram uma opção entre a educação tradicional pública ou privada e o ensino em casa.

Esse modelo continua focando o trabalho dos pais em uma criação que cultiva a maturidade e a responsabilidade nos filhos.

Em 1992, o psicoterapeuta Larry Shyers fez um estudo na Universidade da Flórida no qual examinou de perto o comportamento de 35 estudantes em casa e 35 alunos de escola pública. Ele descobriu que os que estudam em casa geralmente são mais pacientes e menos competitivos. Eles tendem a se apresentar uns aos outros; não brigam tanto. Esses estudantes tinham muito mais tendência a trocar endereços e telefones. Para resumir, eles se comportavam como adultos em miniatura.[\[16\]](#)

Não tenho a intenção de advogar em favor do ensino em casa em detrimento da educação em escolas públicas, ou da educação particular em detrimento da pública, ou qualquer outra combinação. Todas têm seus méritos e desvantagens. Eu simplesmente quero que você observe esse ponto forte de crianças ensinadas em casa: quando o pai ou a mãe atua como o principal professor da criança, na escola e na vida, esse pai ou mãe tem uma influência maior. A criança tem uma compreensão mais profunda de quem são mamãe e papai, e a interação geralmente estimula amizades

mais profundas entre pais e filhos e um apreço pelos valores da família.

Alguns críticos do ensino em casa advertem que esses alunos podem não ser adequadamente “socializados”. Não considero esse um argumento forte. Para começar, apenas na escola somos separados segundo a idade. Descobri que crianças ensinadas em casa costumam ter mais facilidade em se dar bem com crianças mais velhas, mais novas e adultos. Tendem a formar menos “panelinhas” e a ser mais maduras em vários ambientes sociais.

Quem aprende em casa também tende a se interessar menos pelo sexo oposto ainda muito jovens. Quando uma criança se sente segura em casa, pode não ansiar tanto pela validação emocional externa. É raro ver casais de alunos da educação domiciliar no ensino fundamental ou médio — e essa é uma grande vantagem para mim. Mesmo alunos do ensino médio são jovens demais para criar relacionamentos intensos, emocionalmente envolvidos e exclusivos com o sexo oposto.

Dito tudo isso, deixe-me declarar que nossos filhos não foram ensinados em casa. Eles tiveram professores maravilhosos, e ficamos muito animados com a experiência educacional que tiveram. É por isso que não defendo uma opção em detrimento de outra. Cada família precisa escolher cuidadosamente qual é a melhor opção. O que funciona para uma criança pode não funcionar para todas. Concentre-se na singularidade da criança.

Independentemente da opção educacional escolhida, porém, a família deve permanecer como o centro do mundo emocional de seu filho. Vocês, mamãe e papai, precisam ficar no banco do motorista, como a maior influência e inspiração de seus filhos de todos os tempos. Enraizar a identidade de seu filho em sua casa e na família é vital ao enfrentar o campo de provas da escola — ou movendo-se para qualquer lugar na vida.

Boa pergunta!

Como você pode precisar ajustar suas expectativas

em relação a seu filho em casa, na escola e na vida?

Os dez maiores segredos dos pais bem-sucedidos

- Seja realista em suas expectativas.
- Não aplaine a estrada da vida de seu filho.
- Não compare irmãos.
- Jogue no time de seu filho.
- Não bata na tecla das falhas. Conceda a seu filho a graça.
- Permita que os sonhos de seu filho sejam os sonhos de seu filho... Não os seus.
- Pense com cuidado nas opções de educação para cada filho.
- Nunca, jamais faça a lição de seu filho.
- Forme uma equipe com os professores para assegurar a melhor educação que seu filho singular pode ter.
- Sempre pense o melhor a respeito de seu filho.

O ato de equilibrar

Como caminhar na corda bamba entre trabalho e família sem perder o equilíbrio.

Deixe-me perguntar algo muito importante: Qual é seu primeiro pensamento quando você se levanta pela manhã? Você diz: “Uau, mal posso esperar para começar este dia. Tantas coisas estimulantes estão acontecendo!”. Ou você resmunga, revira os olhos e aperta o botão de soneca do despertador... Pela terceira vez?

Muitos pais hoje vivem no modo *fadiga*. São criaturas exaustas, exatamente como aquele *hamster* na rodinha, correndo de lugar em lugar, de prioridade em prioridade, e na hora que aterrissam em casa, há pouca energia restante para dar à família.

Mark se sentia assim. Apesar de sua exaustão e de um resfriado irritante, ele conseguiu ir a uma conferência no fim de semana. Tarde da noite no sábado, Stan, um homem que Mark respeitava, se aproximou dele.

— Posso ser honesto com você? — perguntou Stan.

— Claro — replicou Mark.

— Muito bem, para mim você está deprimido. Você quer fazer tudo bem feito e está *tentando* fazer tudo. Mas não é possível; você vai pifar. Quantas horas por semana você trabalha?

— Provavelmente de 55 a 65 — respondeu Mark.

— Você precisa reduzir isso a quarenta — disse Stan.

— Não conheço *ninguém* que trabalhe quarenta horas — protestou Mark.

Stan, que era empresário, replicou:

— Bem, eu não conheço ninguém que *não* trabalhe quarenta. Você simplesmente faz acontecer.

Shelly já conversou com você sobre isso?

— Sim, é claro.

— Então não espere até ficar velho como eu para ouvir sua esposa — disse Stan.

Mais tarde Mark refletiu: “Quando ele conversou comigo, tive um estalo. Havia algumas coisas convergindo em minha vida: essa conversa, que comentei com minha esposa, Shelly, em casa, e uma palestra que ouvi que enfatizava nossa falta de tempo para fazer o que queremos. Todos nós temos de ‘roubar’ de alguém o tempo que gostaríamos de passar com eles, e tendemos a dar nosso melhor para o trabalho e nossos *hobbies*, e tiramos de nossa família, que fica só com os restos”.

Mesmo depois que o casal decidiu que ele reduziria o ritmo, Mark não sabia se conseguiria. “Eu tinha acabado de fechar um orçamento agressivo para meu trabalho”, ele disse. “Se você está trabalhando sessenta horas e de repente diminui para quarenta, é como se cortasse um funcionário de meio-período de seu escritório. Mas Stan me

incentivou muito, e Shelly e eu persistimos em nossa decisão. No final, acreditamos que ele estava certo.”

Se você nunca está em casa, como vai influenciar seus filhos? E, se você não o fizer, quem o fará? Sim, eu sei. Se você não trabalhar, não vai conseguir *comprar* ou alugar uma casa, sem contar a comida e as roupas de sua família. Mas, quando seu trabalho oprime sua vida familiar, você precisa colocá-lo em equilíbrio novamente. E precisa sair da rodinha de exercício para o bem de sua própria sanidade — e de sua família também.

QUAL A IMPORTÂNCIA DESSE EMPREGO AFINAL?

Às vezes, quando estou na estrada, a milhares de quilômetros de casa, me instalando no hotel para passar o fim de semana antes de falar em uma conferência, imagino o que Sande e as crianças estão fazendo lá em Tucson. Penso: “Que raios estou fazendo aqui, longe da minha família?”.

Então chego em casa, dou uma olhada na correspondência, vejo todas aquelas contas e me

lembro: “Estou ganhando o sustento de minha família”.

Podemos gostar de passar todo nosso tempo lendo livros com nossos filhos, brincando de bola no quintal ou passeando com a família de bicicleta. Mas, mesmo que a comida desse em árvore, o dinheiro para comprá-la não dá. A menos que seu sobrenome seja o de uma família multimilionária, você tem de ganhar o sustento de sua casa. Sustentar uma família tanto financeira como emocionalmente pode às vezes nos fazer sentir como em um número de malabarismo no circo.

Equilibrar essas responsabilidades é especialmente difícil em nossa cultura de excesso de trabalho. O empregado norte-americano médio hoje trabalha quase duas mil horas por ano, superando em mais de trezentas horas os trabalhadores franceses, em mais de quatrocentas horas os trabalhadores alemães e em mais de seiscentas horas os trabalhadores noruegueses. Em todas as outras nações industrializadas, a média de número de horas

trabalhadas por semana está caindo; apenas em países em desenvolvimento, como Malásia, Sri Lanka e Tailândia, os números estão aumentando assim como nos Estados Unidos.[1]

Para algumas companhias, e alguns pais que trabalham, um filho é simplesmente outra bolinha sendo arremessada pelo malabarista. Mas o trabalho deve existir para sustentar nossa família, não o contrário.

Como conselheira de confiança do ex-presidente George W. Bush, Karen Hughes era comprovadamente uma das mulheres mais poderosas dos Estados Unidos. Mark McKinnon, consultor de comunicação de Bush, estimou que o ex-presidente recorreu a Hughes em vinte de cada cem grandes decisões que teve de tomar diariamente. “Ele confia nela totalmente. Ele confia nela como em nenhuma outra pessoa”, disse McKinnon.[2]

Mas Hughes colocou sua família em primeiro lugar. Ela decidiu, no início de 2002, se demitir do

cargo para que ela e a família pudessem voltar ao Texas — uma escolha que certamente pareceu loucura para muitos.

Certa noite, bem tarde, naquele mês de março, Karen e seu marido, Jerry, e o filho Robert se reuniram em torno da mesa da cozinha. “Eu realmente acho que deveríamos voltar para casa no Texas”, ela disse. Mais tarde, ela admitiria: “Foi uma alívio para mim finalmente dizer isso em voz alta”.

[3]

Em 17 de abril, depois de uma reunião, Hughes pediu ao chefe de equipe Andrew Card que saísse sem ela. Ela tinha algo a conversar com o presidente, que estava se preparando para levar os cachorros para passear.

— Sr. Presidente — disse quando os dois estavam a sós — eu o amo, mas minha família e eu queremos voltar para o Texas.

Eles continuaram caminhando para fora da Casa Branca, em direção aos jardins bem cuidados, enquanto o presidente recebia a notícia chocante.

— Sei que sua família é prioridade — ele replicou — sempre foi.[\[4\]](#)

Não importa qual seja seu trabalho, você deve colocar a relação com sua família em primeiro lugar. Você pode se sentir indispensável em seu trabalho, e os colegas podem enchê-lo de incentivos — incentivos que é possível que não receba em casa. Mas não há trabalho mais importante do que a família. Você pode mudar de emprego muitas vezes na vida. Mas sua família merece sua dedicação, concentração e cuidado sincero.

NÃO DÊ TUDO DE SI

Com que frequência você ou seu cônjuge chegam em casa do trabalho depois de ter dado tudo de si, não deixando sobrar nada para sua família? Se fôssemos submetidos a uma avaliação anual de desempenho em casa, muitos de nós seríamos demitidos de nossas responsabilidades paternas ou maternas por termos falhado com nosso dever em casa.

Sugiro que chefes de família não deem tudo de si no trabalho. Se você despejar 110% de seu tempo e energia mexendo com a papelada ou treinando mecânicos, o que sobra para empurrar seu filho no balanço ou para treinar sua filha para ser uma irmã amorosa em casa? Se você der *tudo* a seu trabalho, não terá os recursos emocionais e físicos para dar a sua família o que ela precisa.

Seja como for, este mundo nem sempre recompensa quem dá tudo de si no trabalho. Gunther Cunningham, antigo técnico do time de futebol americano Kansas City Chiefs, era tão dedicado a seu trabalho que no dia seguinte ao término da temporada ele já estava em seu escritório às 5 horas — e era o *Dia de Natal*.

Sua recompensa?

Foi demitido duas semanas depois.

Em minhas viagens ouço muitas histórias de partir o coração sobre jovens mulheres e homens entusiasmados, que investiram longas horas para se tornarem sócios, ficarem com o escritório com a

melhor vista, tornarem-se vice-presidentes, ou qualquer coisa do tipo, só para serem chutados quando aparecia alguém disposto a ficar um pouco mais, ou a jogar o jogo político do escritório um pouco melhor. E quanto aos que são vítimas de fusões, reorganizações e cortes?

A vida é curta, e os filhos são crianças por um período tão curto de tempo. Por mais que eu ame meu trabalho, quero estar presente nas atividades de meus filhos; não quero perder os eventos especiais deles, mesmo que isso signifique sentar-me sobre uma carteira mais vazia ou acordar em uma casa menor.

Como você evita dar tudo de si ao trabalho?

Primeiro, *torne o horário de saída tão absoluto quanto o horário de entrada*. Você não vai aparecer no trabalho uma hora atrasado; não apareça em casa “atrasado” também.

Segundo, *deixe seu trabalho no trabalho*. Se você precisa levar trabalho para casa, determine-se a fazê-lo apenas depois que a última criança estiver na

cama e seu cônjuge estiver ocupado com alguma coisa. Você já doou pelo menos oito ou nove horas ao escritório; sua família merece sua total atenção pelo menos durante a metade desse tempo.

Terceiro, se seu trabalho é tão estressante que você não consegue manter uma agenda decente nem evitar voltar para casa morto, *procure outro emprego*.

“Mas não é fácil!”, você pode dizer.

Eu nunca disse que seria. Mas o sucesso de sua família vale um bom esforço, não é?

Se seu trabalho exige demais, encontre outro. Estou colocando as coisas de maneira direta, e pode parecer drástico. Mas qual é a alternativa? Filhos bem alimentados, bem vestidos e bem-educados com quem você nunca se relaciona?

Algumas organizações também pedem aos funcionários para se sacrificarem com realocações. Se você pedir a sua família para mudar da Região Sudeste para a Região Nordeste, e sua família estendida e amigos estiverem no Sudeste, meu voto

é que você permaneça ali a qualquer custo razoável. Se você se mudar para o Nordeste, vai render-se a um benefício que nenhuma soma de dinheiro pode compensar: o relacionamento com avós, parentes e amigos já estabelecidos. Uma família estendida saudável é muita coisa para jogar pela janela por alguns tostões extras e um título novo em seu cartão de visitas.

Suas prioridades asfaltam o caminho de suas decisões, então, distinga-as corretamente. Se seu emprego existe para sustentar sua família, você terá mais facilidade para deixar o escritório enquanto os outros trabalham até tarde e para abrir mão de promoções em favor do tempo com a família. Você tenderá a ver o trabalho como um meio, não um fim.

Sei por experiência que é difícil sentar-se em um quarto de hotel assistindo ao Canal do Tempo quando você preferia estar em casa, assistindo às chuvas e trovoadas de seus filhos, com pipoca, colo para o caçulinha e exclamações para os mais velhos.

COMPRE UMA PASSAGEM PARA A VIDA DE SEU FILHO

Lauren me disse, num telefonema interurbano, que faria um solo em um concerto da escola. Pela excitação em sua voz, eu sabia que ela realmente queria que eu estivesse ali em seu momento de glória.

Então me virei para me livrar de todos os compromissos de trabalho e voltei de uma viagem correndo para casa a fim de poder vê-la se apresentar. E paguei uma fortuna para estar ali — quase 10 mil dólares.

Cheguei em cima da hora e me dirigi ao auditório da escola, esperando ver filas de crianças se contorcendo e tagarelando. Mas não havia ninguém ali.

Será que eu tinha entendido o horário errado?

Corri para a secretaria da escola.

— O que aconteceu com o concerto da escola?
— perguntei.

— Que concerto? — respondeu a mulher. —
Não sei de concerto nenhum. Por que o senhor não

verifica na classe de sua filha?

Disparei pelo corredor. Chegando à sala de segundo ano de Lauren, entrei... Bem na hora que minha filha soltava seu solo de seis palavras em uma pequena peça da classe.



Conectado mesmo a distância +

Foi *esse* o “concerto”. Para conseguir chegar lá, comprei a passagem mais cara de todos os tempos — mas eu estava lá!

Sabe do que mais? Valeu a pena. Vi o rosto de Lauren se iluminar quando eu entrei na sala; então me dei conta de que não tinha simplesmente comprado a passagem de avião mais cara; eu havia criado uma lembrança para minha filha que pode durar a vida toda. Mesmo que se esqueça desse evento — apesar de eu duvidar disso —, ela saberá mesmo assim que, quando realmente era importante,

eu estava lá.

Ouçõ gurus da administração falarem o tempo todo sobre o *marketing* de seus produtos. Bem, e quanto a fazer *marketing* de nosso amor por nossos filhos? Enquanto grandes lojas tentam vender a eles *jeans*, perfumes e os mais novos DVDs, vamos anunciar nosso interesse, nosso comprometimento e nosso envolvimento.

Em termos de negócios, é isso que eu estava fazendo: *marketing* de minha preocupação e de minha devoção a Lauren. O dinheiro que gastei em minha “campanha de *marketing*” poderia comprar uma página inteira de anúncio em nosso jornal local, mas essa não foi uma venda de um dia. Foi uma lembrança para a vida inteira. Eu não estava vendendo uma ratoeira melhor; eu estava proclamando meu amor e meu comprometimento com a minha preciosa filhinha.

Conheço caras que sacam 400 dólares para comprar um taco de golfe de titânio, e tudo que eles fazem é colocar aquela pequena bola branca

algumas jardas além dos limites do campo! Esses mesmos pais, porém, repelem o pensamento de abrir mão de metade desse dinheiro para estar em um evento importante na vida de seus filhos.

Não cometa esse erro: há custos a pagar quando se equilibra trabalho e família. Alguns pais se recusarão a aceitar promoções com salários maiores porque o tempo e a viagem vão exigir muito. Outros sairão para trabalhar mais cedo para que possam voltar para casa antes de os filhos voltarem da escola. Outros ainda sacrificarão anos de trabalho ou desistirão totalmente de sua carreira para se concentrar nos filhos.

Não estou fingindo que o custo não é real ou significativo. Estou admitindo que, *sim*, criar filhos exige sacrifícios. Eu é que sei. Como pai que trabalha, vivo essa realidade diariamente.

Mas também estou dizendo que os custos e sacrifícios valem a pena. Eles são de fato o melhor investimento que você pode fazer.

A RETA DE CHEGADA PARA CASA

Se você vai se sacrificar para ganhar tempo para a família, pode igualmente torná-lo tempo de qualidade. Isso significa fazer a transição de seu dia de trabalho para casa de uma maneira que não o deixe oprimido. Nem toda viagem de casa para o trabalho é repleta de pensamentos relaxantes e de uma reserva profunda de energia para dar às crianças. Sei como é isso.

Você teve um dia agitado. Ao dirigir pelo congestionamento, precisa de um banheiro como nunca precisou de outra coisa na vida. Nos últimos dez quilômetros, até considerou fazer uso da garrafa vazia de refrigerante que um de seus filhos deixou no carro, mas concluiu que consegue chegar até sua casa.

Quando isso acontece, ligue para sua esposa no celular e diga: “Querida, estou a cinco minutos de distância, mas, quando eu chegar em casa, vou precisar ir ao banheiro. Minha bexiga está a ponto de estourar. Dê-me apenas três minutos”. Faça sua

companheira e filhos prometerem que não vão atacá-lo na mesma hora.

Em seguida, prepare seu espírito. Talvez você adore ouvir discussões políticas acaloradas em programas de rádio a caminho de casa, ou manter-se ligado nas altas e baixas da bolsa de valores no fechamento do pregão. Em vez disso, escolha uma estação diferente, algo que o acalme, como uma música suave de elevador (tudo bem, eu vi esse olho que você acabou de revirar) ou músicas antigas.

Talvez ao chegar em casa você adore checar a correspondência e folhear o jornal. Opte por não fazer isso logo de cara. (Entretanto, para evitar uma visita futura desesperada ao urologista, aceite que ao chegar em casa você realmente *deve* ir ao banheiro.)

Por fim, conscientize-se de que, apesar de estar exausto, as crianças já estão em casa há algumas horas e provavelmente querem um pedaço de você. Se for esperto, você lhes dará. Depois que elas estiverem saciadas, irão embora e o deixarão livre para respirar fundo e finalmente trocar de roupas.

Amar seus filhos significa comunicar: *Eu o amo mais do que esta maleta, mais do que o jornal que está em cima da mesa de centro e certamente mais do que uma pilha de contas em cima do balcão.* Aqueles primeiros segundos quando você entra pela porta (ou depois de sua pausa para o banheiro) dá o tom de seu tempo com as crianças.

Imagine que presente é para eles quando você transmite a mensagem: *Estou tão feliz por vê-los!*

DÊ O MELHOR DE SI À CRIAÇÃO DE SEUS FILHOS

Lembra-se de Mark, cujas 55 ou 60 horas semanais no escritório estavam cobrando pedágio de sua energia e capacidade de estar junto à esposa e os dois filhos?

“Não era só falta de tempo”, ele disse. “Quando chegava em casa, eu estava nas últimas.”

Depois de conversar com Stan, Mark abordou seu chefe enquanto iam para uma reunião.

— Quero que o senhor saiba que vou reduzir minhas horas — disse Mark. — Não vou mais

trabalhar sessenta horas por semana. Não tenho certeza do que vai acontecer com meus números e com a lucratividade, mas é o que preciso fazer.

— Bem — respondeu o chefe — há momentos em que você precisa trabalhar todas essas horas.

— Eu entendo que *há* esses momentos — respondeu Mark — mas não vou mais fazer isso.

Mark e Shelly esperaram para ver o que aconteceria.

Não só o escritório acabou atingindo a meta prevista, como também recebeu prêmios por seu trabalho!

“A reviravolta foi incrível quando passei a ter mais tempo e energia para minha família”, contou Mark depois. “Eu também tenho muito mais para dar a Shelly. De todas as maneiras, foi uma decisão sensata.”

Sim, decidir manter seu coração, seu tempo e seu foco em casa realmente significa sacrifício. Mas também proporciona a fundação mais estável sobre a qual pode construir sua vida — e geralmente

resulta em recompensas maiores do que qualquer coisa que você deixe para trás.

Muitas mulheres e homens descobriram que podem fazer muito mais trabalhando quarenta horas por semana e recarregando as baterias em casa do que conseguem investindo sessenta horas por semana e ficando deprimidos, ansiosos e cansados.

Você tem uma chance de criar seu filho, então, por que não dar o melhor de si?

É o seu filho. Ninguém mais vai amá-lo como você. Ele pode não ter vindo em um momento conveniente. Profissionalmente, pode representar um grande contratempo em seu progresso. Você pode não estar financeiramente preparado. Mas ele está aqui. O que você vai fazer a respeito?

Não é possível colocá-lo em espera por dezoito anos até estar financeiramente mais seguro e ter sua profissão um pouco mais estável. A cada segundo da vida, seus filhos marcham cada vez mais adiante pela estrada da independência — e raramente andam para trás. Um bebê ficará em seus braços o dia todo;

uma criança de 2 anos terá apenas o tempo suficiente de colinho antes que queira sair correndo. E um adolescente? Bem, você terá sorte se conseguir localizá-lo entre as mensagens de texto, as peças de teatro da escola e as noites de *pizza* com os amigos.

Se você não reduzir o ritmo nesses anos importantes de paternidade, quando reduzirá? A pessoa que passa a maior parte do tempo com seu filho, especialmente nos primeiros seis anos de vida, é a que terá mais influência no desenvolvimento dele. O que está à volta dele terá um impacto maior em seus valores, em suas crenças e em suas atitudes. E então? Você estará lá a favor dele, ajudando a criar um ambiente saudável e equilibrado, de modo que ele possa ter uma visão de mundo saudável e equilibrada?

Cada sacrifício e decisão difícil que tomar valerá a pena no final. É você quem está no comando, então, precisa fazer o que é melhor para sua família.

E ninguém conhece seu filho melhor do que

você.

TRABALHAR OU NÃO (FORA DE CASA)?

Esta seção é especialmente dedicada a você, mãe, já que é quem mais provavelmente pensa em ficar em casa com o filho.

Há pouco tempo, enquanto estava matando o tempo no aeroporto em Atlanta, na Georgia, esperando meu voo para Buffalo, Nova York, sentei-me perto de um bebê loiro digno de propaganda e de sua mãe, que aparentava muito ser italiana. Eu poderia dizer que a mãe estava nervosa, pensando: “Ah, não, agora tenho de manter o bebê especialmente quieto. Esse cara é velho o suficiente para ser avô, mas e se a criança começar a fazer barulho?”.

Para deixar a mãe à vontade na hora, eu disse sorrindo: “Que sorte a minha. Sentar-me ao lado de uma bebê tão linda. Ela é adorável! Adoro bebês. Eu mesmo tive cinco. E agora a mais nova tem 10, e a mais velha, 30. O tempo realmente voa”.

A mãe relaxou de forma visível. Enquanto esperávamos pelo chamado de embarque, ela confessou que realmente não queria ter filhos, porque sua carreira estava indo bem. “Então, Anne chegou”, ela fez um gesto na direção da filha, “e, bem, eu me apaixonei. Por minha filha. E de repente a escolha com a qual eu estava lutando desde que descobri que estava grávida, de trabalhar ou não, não foi mais tão difícil”.

As mulheres hoje têm mais opções de carreira do que nunca, mas junto com essas opções vem a decisão difícil de continuar em uma carreira fora de casa. E, se trabalharem, trabalham período integral em um escritório, período integral em casa, meio período no escritório, meio período em casa, ou algumas horas por semana? Ou deixam a carreira parada até que o filho vá para o jardim de infância ou se tornam mães que ficam em casa? As opções dão até vertigem.

Há algum tempo, o apresentador de TV Larry King estava entrevistando a dra. Brenda Hunter,

autora de *Home by Choice* [Em casa por opção]. Naquela época, King estava diante do nascimento de outro filho.

“Dra. Hunter”, ele perguntou, “realmente importa que braços seguram a criança?”.

A resposta dela, bem examinada em seu livro, foi um sim definitivo.

Os braços que seguram a criança realmente são importantes. Como nos lembra o velho hino, “*the arm bone’s connected to the shoulder bone; the shoulder bone’s connected to the neck bone; the neck bone’s connected to the head bone*” [o osso do braço está ligado ao osso do ombro; o osso do ombro está ligado ao osso do pescoço; o osso do pescoço está ligado ao osso da cabeça].[\[5\]](#) E o osso da cabeça envolve o cérebro, que é o centro de nosso sistema de valores.

Se você deixa seu filho de 2 anos de olhos sonolentos no berçário por volta das 6h30, e vai buscá-lo às 18h30, e o coloca na cama duas horas depois, quem o está ensinando sobre a vida? É

alguém que recebe pouco mais de um salário mínimo, que decidiu há dois meses trabalhar no berçário porque ficou cansada de dobrar roupas no departamento feminino de uma loja de *shopping*?

Em um berçário ou creche, seu filho pode adquirir habilidades acadêmicas e sociais para “obter sucesso”. Mas isso é tudo que você quer para essa nova vida que trouxe ao mundo? Que bem faz ter uma criança que lê aos 3 anos se ela nunca ligar para casa quando tiver 30? É um bom negócio?

Algumas pessoas acreditam que realmente não importa se uma criança cresce no berçário ou em casa.^[6] Mas, no fundo de seu coração, você sabe, não é mesmo? Seu filho vai correr todo desengonçado para os braços de uma funcionária de berçário da maneira como corre para seus braços quando a vê?

“Eu estava certa vez no programa [de entrevistas] *Donahue*” disse a dra. Laura Schlessinger, “sendo entrevistada por ele sobre [meu livro] *Dez coisas insensatas que as mulheres insistem em fazer para*

complicar suas vidas,[\[7\]](#) e apesar de não haver nada nele sobre berçário, eles tinham, segundo um participante do auditório, enchido a plateia de jovens mulheres feministas para me atacar e criar polêmica, a fim de tornar o programa interessante. [...] Fiquei bem irritada com a plateia depois de um tempo e disse: ‘Tudo bem, digamos que, se você pudesse morrer e ser reciclado e voltar como bebê, fique em pé se você iria preferir ser criada por uma funcionária de creche, uma empregada ou uma babá. Levante-se agora’. E, sabe, nessa plateia inteira que estava me atacando feito louca, ninguém se levantou. A câmera recuou em plano aberto (tenho isso gravado, porque de vez em quando gosto de assistir) e ninguém se mexeu. E aí eu disse: ‘Então, por que vocês vão fazer isso a seus filhos?’.”[\[8\]](#)

A maioria de nós não gostaria de ter ninguém além dos pais para nos criar. Mesmo assim, muitos queremos aplacar nossa culpa por entregar nossos filhos a funcionárias de berçário. A verdade nua e

crua é que não é possível ter os dois. Se você quer que seus filhos recebam o máximo benefício de sua criação, ser cuidado por alguém fora de casa simplesmente não é a melhor opção.

Uma das descobertas mais divulgadas pelo Ministério da Saúde norte-americano[9] revelou que, quando as crianças de 3 meses a 4 anos passavam mais horas sob os cuidados não maternos (qualquer pessoa exceto a mãe), seus níveis de desobediência e agressão no jardim de infância aumentavam muito, segundo as professoras.[10]

Alguns vão destacar que esse comportamento está dentro de níveis normais, significando que não é sério o suficiente para exigir intervenção. Acredito, porém, que o ponto persiste: berçário ou creche não são uma opção tão boa quanto cuidados em tempo integral pela mãe ou pai da criança.

Outro estudo descobriu que os níveis de estresse em crianças de 16 a 38 meses aumentavam durante o curso de um dia na creche, especialmente se comparado ao dos bebês. Em dias em casa, os níveis

de estresse caíam ao longo do dia.[\[11\]](#)

QUAIS SÃO SUAS OPÇÕES?

A maioria das empresas [nos Estados Unidos] atualmente garante alguns meses de licença-maternidade e um mês ou algo assim de licença-paternidade. Mas elas geralmente esperam que você encontre um berçário ou babá e volte para o trabalho bem antes que seu bebê a tenha abençoado com a primeira risada.

Com medo de perder o emprego ou o momento da carreira que tinha antes de o bebê chegar, você cria alguns atalhos. “Afinal”, você diz a si mesma, “ele dorme metade do dia de qualquer forma. Não é que eu vou estar longe dele durante dez horas — ele vai estar dormindo três ou quatro, então não conta!”. Assim, você volta a trabalhar alguns dias antes, só para mostrar a seu chefe que está “jogando no time”.

Isso pode produzir o que chamo de “Crianças de Canil Infantil” — garotos que passam quase todas as

horas em que estão acordados no berçário durante os anos pré-escolares. Os pais os deixam às 6h30 da manhã, a caminho do trabalho, e os pegam às 18h30, a caminho de casa. E eles crescem sem conhecer outra realidade.

Se isso vale para seu filho, quero lhe perguntar uma coisa: você está fazendo isso em benefício dele ou seu?

Tenho consciência de que pode não haver a opção de ficar em casa, especialmente se você é o responsável pelo sustento da família. Se está fazendo isso porque acha que a pré-escola é o máximo, porém, pense de novo. A pré-escola é boa desde que não seja excessiva, mas certamente não é necessária. Eu não frequentei. Isso a impediu de ler este livro? Há um aviso na capa dizendo: “A propósito, o dr. Leman não foi à pré-escola quando tinha 3 anos”?

Se você decidiu que a pré-escola é o melhor para seu filho, uma criança de 3 anos geralmente se dá bem com uma frequência de duas horas e meia por

dia, três vezes por semana. Entretanto, ninguém com 2 anos de idade precisa de pré-escola. Não há “educação” acontecendo ali; é só o trabalho de babá com outro nome.

Se depois de repassar suas opções você decidir que outra pessoa precisa tomar conta de seu filho, considere fazer um rodízio em cooperativa com outros pais ou mães. São pelo menos três vantagens: o custo é desprezível ou inexistente; permite a seu filho receber a dose de socialização que pode ser o ponto forte das pré-escolas e berçários; e, quando for sua vez de ajudar, permite que você veja seu filho interagir com outras crianças.

Se você organizar a cooperativa, pode escolher quem estará envolvido, para promover valores compartilhados. O baixo custo pode liberar dinheiro em seu orçamento, permitindo que você permaneça em casa por mais horas. E a qualidade do cuidado e do interesse tende a ser maior.

Para outros, um berçário pode ser necessário. Se seu filho for ao berçário, faça a si mesmo as

seguintes perguntas:

- Você gostaria de estar aí?
- É limpo?
- Você pode aparecer a qualquer momento?
- Como as professoras interagem com as crianças?
- O programa está alinhado a seus valores?

Sei que não é popular sugerir que algumas pessoas, nas circunstâncias atuais, não são capazes de dar às crianças o que é melhor para elas. Não é minha intenção insultar ou cometer injúria. Faça o melhor que puder com o que tem, adaptando o que for capaz, com o objetivo de passar o máximo de tempo possível com seus filhos.

Leve em consideração, também, como seus filhos verão no futuro o berçário que você escolheu hoje. Na hora certa, a maioria dos filhos vai apreciar seus esforços no sentido de fazer o melhor possível com o que dispunha; porém, eles terão dificuldade se você *escolheu* fazer do trabalho uma prioridade

superior ao relacionamento entre vocês.

Tudo que seu filho ou filha saberão é quanto tempo, esforço e sacrifício você pareceu fazer para o bem deles. Já me sentei em muitas salas de terapia para saber que seus filhos verão o tempo passado no berçário como sacrifício *deles*, não seu. Você pode pensar que está trabalhando mais horas por seus filhos, mas eles não verão dessa forma.

Por outro lado, nunca vi uma criança se ressentir do fato de um de seus pais ficar em casa. As crianças sempre veem isso como um grande presente e um sinal claro do compromisso de seus pais com elas.

Pense em suas melhores lembranças da infância. Vá em frente e gaste um minuto. Eu espero...

Algumas de minhas melhores recordações incluem brincar lá fora em um dia frio de inverno em Buffalo, Nova York, jogando pedras no lago de peixinhos dourados do vizinho, ou brincando com meus caminhõezinhos, carregando areia na caçamba. Mas sabe qual é uma lembrança ainda

melhor? Ouvir minha mãe me chamar para almoçar e me servir sopa quente de tomate e sanduíches de queijo. Mamãe sempre colocava manteiga em cima da minha sopa de tomate — eu ainda consigo visualizar aquela manteiga cremosa espalhando-se e cobrindo a sopa. Eu simplesmente adorava o gosto daquilo!

Um dia minha mãe parecia um pouco apressada; então, me perguntou se eu achava que podia fazer minha própria sopa e sanduíches. Eu respondi na maior cara de pau: “Bem, acho que posso, mas com certeza o gosto é melhor quando você prepara, mamãe”.

Foi tudo que ela precisou escutar. Ela deixou de lado o que estava fazendo e me preparou um almoço do qual nunca me esqueci.

Comi muitos almoços em mais de sessenta anos. De quantos deles eu consigo me lembrar? Não de muitos. Mas me lembro desse, porque ele guarda muitos sentimentos afetuosos ligados a minha mãe.

Vinte anos estrada afora, quando alguém

perguntar a seu filho sobre a infância dele, ele vai falar sobre a funcionária do berçário que colocou um curativo em seu joelho? Vai falar sobre ser retido em uma fila enquanto ele e quinze outras crianças de 2 anos caminhavam para o parque com a Funcionária do Mês?

Ou vai falar sobre as tardes de outono tomando uma xícara de chocolate quente enquanto a mamãe lia alto o livro favorito dele? Ele vai rir das corridas de carrinho que vocês dois faziam no supermercado para pegar um litro de leite?

É tudo uma questão de ponto de vista.

E os anos mais importantes de todos são os primeiros seis.

OS PRIMEIROS SEIS ANOS

Uma das questões mais comuns que ouço nas minhas viagens é:

— Dr. Leman, eu realmente gostaria de voltar ao trabalho, mas não quero prejudicar meu filho.

Quanto tempo uma mãe deve ficar em casa antes de voltar ao trabalho se ela realmente quer colocar o desenvolvimento da criança em primeiro lugar?

— Você está me perguntando o que é de fato melhor para seu filho? — eu pergunto.

— Sim — ela diz, esperando que eu diga algo chocante como seis meses.

— Então eu recomendo que você fique em casa nos primeiros seis *anos* da vida de seu filho. Você pode considerar um despropósito, mas, se relacionar isso à curva da vida, não é muito mais do que os anos que você dedicaria à faculdade. Oitenta por cento da personalidade de seu filho é formada até os 4 anos, então, se puder permanecer em casa durante esse período de formação, muito melhor. Aos 6 anos, seu filho está começando a escola, e a transição de volta para o trabalho, se você decidir voltar, será natural.

— Mas nenhuma empresa vai segurar meu emprego por tanto tempo! — a mulher pode protestar.

— Eu sei, mas não foi isso que você perguntou. Você perguntou o que era realmente melhor para seu filho, e foi isso que respondi. Acredito que toda criança merece uma mãe em tempo integral nos primeiros seis anos de sua vida.

“Vamos parar por aqui, dr. Leman”, estão dizendo alguns de vocês. “Sem chance de eu conseguir arcar com as despesas para ficar em casa com meu filho por tanto tempo.”

Porém, você refletiu bastante sobre o que ganharia?

Quando você está disposto a se sacrificar, aprende como passar sem alguns privilégios e uma boa quantidade de bens extras. Quando Holly nasceu, Sande e eu tínhamos apenas um carro. Nós dois crescemos em famílias com dois carros, e todo mundo que conhecíamos possuía dois carros, mas não podíamos arcar com isso porque ambos havíamos concordado que Sande ficaria em casa com as crianças.

Devido aos desafios que enfrentamos durante

aqueles anos, conheço o medo de viver com despesas que sempre parecem maiores do que sua renda. Sei exatamente como é ter de escolher entre comprar leite ou sabão em pó em certa ida ao supermercado. Eu tinha três filhos e ganhava apenas 22 mil dólares por ano. Quando recebemos uma carta anunciando que o pagamento da hipoteca de nossa casa estava subindo de 188 dólares para 212 dólares por mês, eu quase morri. Ainda consigo me lembrar de estar com aquela carta nas mãos e pensar: “Como vamos resolver isso?”.

Porém, nunca questionamos nossa decisão de manter Sande em casa. Logo que nos casamos, Sande trabalhava como representante comercial; quando Holly nasceu, ela pediu demissão. Quando as crianças entraram na escola, Sande se tornou professora de pré-escola, de modo que pudesse estar lá quando as crianças voltassem para casa e também ajudar na renda de nossa família.

Houve muitos momentos humilhantes durante esses anos. Não comprávamos muitas roupas, mas

aceitávamos de bom grado as roupas usadas que acabavam aparecendo na porta de casa ou em nossa sala de estar. Nossa grande extravagância era ir à cafeteria onde nossa família de cinco comia por menos de 15 dólares.

Como tínhamos só um carro e eu tinha de dirigir até o trabalho, o grande passeio de minha esposa acontecia quando meu pai passava em casa para pegar Sande e as crianças e os levava ao Sambo's Restaurant, a casa da xícara de café a 10 centavos.

Viver com a renda de um só foi um sacrifício, mas superamos isso. E sabe do que mais? Não mudaríamos nada. Hoje já desfrutamos de quatro décadas como uma família muito unida.

Você acha que nossos filhos ainda gostariam de estar juntos se a vida em casa fosse apressada, perturbada e interrompida várias vezes por múltiplas atividades, a ponto de mal termos tempo para nos conhecer? A última coisa que uma mãe que trabalha fora tem pela manhã é tempo sem pressa, e a última coisa que ela tem à noite é energia.

Consequentemente, a criança geralmente é roubada nos dois extremos. Para Sande e para mim, os sacrifícios que fizemos naquela época foram muito pequenos à luz das recompensas que desfrutamos hoje.



Devo trabalhar ou não? +

Então, pais, qualquer coisa que vocês possam fazer para colocar os filhos em primeiro lugar — ao equilibrar casa e trabalho — será mais do que válido.

O HORÁRIO JÁ É FLEXÍVEL?

Felizmente, algumas empresas adotaram vários tipos de arranjos para acomodar famílias, como entregas por projeto, compartilhamento de trabalho, meio período, trabalho a distância e horários flexíveis.

Converso com muitos comissários de voo em

minhas viagens, e alguns têm acordos com a companhia aérea que lhes permitem trabalhar apenas alguns dias a cada duas semanas. Esses comissários acreditam que podem conseguir alguém qualificado — como a vovó, uma irmã ou uma amiga próxima que também é mãe — para tomar conta de seus filhos durante esses dois dias e assim mantêm seu trabalho e os privilégios dos valores reduzidos das passagens para visitar outros membros da família.

Quando minha assistente tinha uma filha que morava com ela, meu horário de trabalho era das 7 às 15 horas. Por quê? A “inconveniência” de uma empresa querer entrar em contato comigo às 16 horas e não conseguir era muito menos importante para mim do que a inconveniência de uma adolescente chegar da escola em uma casa vazia.

Algumas famílias que se empenham em manter as vantagens do mando de campo fazem outras escolhas para o bem de seus filhos. Às vezes, mudam-se para mais perto do trabalho, a fim de tornar o deslocamento mais curto, reduzem o valor

pago de aluguel ou até aceitam uma redução de salário.

Então deixe-me fazer esta pergunta: você está fazendo o melhor neste momento com o tempo e o dinheiro que tem? Se ainda está decidindo se trabalha fora de casa ou não, certifique-se de primeiro reunir todos os fatos.

CALCULE OS CUSTOS

Se você está considerando voltar a trabalhar — ou se já está trabalhando e quer reconsiderar ficar em casa —, primeiro faça as contas:

1. Pergunte-se: Por que estou trabalhando? Por que faço o que faço? Você pode ter múltiplas razões, mas, se poucas de suas motivações incluem a família, isso pode indicar que o trabalho tem uma influência muito mais forte sobre você do que deveria.

2. Calcule quanto voltar ao trabalho vai acrescentar a sua renda. Não se esqueça de subtrair o custo do cuidado com a criança, impostos, roupas que você vai ter de comprar para trabalhar, refeições fora, transporte (talvez incluindo o custo de usar um carro extra), limpeza da casa e assim por diante.

Faça as contas. Vale a pena voltar a trabalhar? Você pode querer calcular primeiro o que precisa ganhar a fim de pagar os cuidados com a criança. Geralmente uma opção melhor é reduzir as despesas em vez de mandar outro cônjuge trabalhar para manter o estilo de vida atual. Um sacrifício em relação a onde e como você vive pode fazer a diferença entre um ou os dois pais trabalhando.

3. Pergunte-se: Por quanto tempo eu preciso me ater ao plano de ficar em casa? Não estamos falando sobre apertar o cinto para o resto da vida. Apertar o orçamento por pouco mais do que o tempo necessário para conseguir um diploma universitário vale muito a pena para ter filhos que recebem a educação, o amor e a atenção de que

precisam de um dos pais durante o dia. É claro, se você tem três filhos, essa graduação pode se tornar um doutorado. Mesmo assim, dez anos ainda representam uma fração da vida de um adulto — mas é mais da metade da de seu filho.

4. Explore alternativas de trabalho em casa ou horários divididos. Se você realmente precisa trabalhar, tente encontrar algo que permita ter pelo menos o pai ou a mãe em casa sempre que seus filhos não estiverem na escola (mas assegure que os dois tenham tempo suficiente juntos para manter o casamento). Considere um trabalho de meio período durante o horário escolar, mesmo que o salário seja menor.

5. Por fim, seja corajosa o suficiente para perguntar a seu filho sobre sua decisão de voltar a trabalhar. Seja direta. Pergunte: “Querido, o que você acha de mamãe voltar a trabalhar?”. A resposta de seu filho pode ajudar na decisão.

TODA MÃE TRABALHA

— Você foi designada para ser a primeira mulher negra astronauta e mesmo assim desistiu — a apresentadora Sally Jessy Raphael desafiou Helen Jackson em seu programa diurno. — Por quê?

— Meu filho mais velho estava tendo problemas na escola — respondeu Helen, que tinha voltado a trabalhar quando Malik tinha três semanas de idade. — Ele estava extremamente retraído e deprimido. Tinha perdido o sexto ano. Meu filho estava se tornando uma estatística.[\[12\]](#)

Talvez você já tenha visto o adesivo que diz: “Toda mãe trabalha”. É verdade. Quer trabalhe fora de casa quer não depois do nascimento do filho, ela tem muito trabalho a fazer.

Mas nos últimos anos essa verdade não tem despertado muito respeito. Entretanto, todos os estudos demonstram que ter mamãe em casa é especialmente importante — e melhor para a família inteira. Considere que os resultados citados anteriormente sobre o estudo do Ministério da Saúde se baseavam no envolvimento da *mãe* com a

criança.

Para optar por não trabalhar fora, porém, a mãe precisa de opções. Infelizmente, o estilo de vida de muitas famílias cria uma demanda que não pode ser atendida, a menos que pai e mãe trabalhem fora. Se possível, não deixe as finanças ditarem sua decisão.

“Então Helen [Jackson] voltou para casa e começou a ensinar seus três filhos em casa”, escreveu a dra. Brenda Hunter em seu livro *Home by Choice*.

Depois de apenas nove meses de educação domiciliar, as três crianças tinham saltado dois ou mais níveis em todas as áreas acadêmicas. Malik, que antes tinha o desempenho de um aluno do quarto ano, foi então testado para o nono ano. Sem estar mais retraído e deprimido, ele começou a se desenvolver socialmente e em pouco tempo se tornou um líder entre seus amigos na igreja.[\[13\]](#)

“Não lamento ter desistido de minha carreira”,

acrescentou Helen. “Claro, eu estava fazendo o que gostava, mas meus filhos estavam sofrendo. E eu jamais poderia me sentir bem se meus filhos estivessem infelizes.”[14]

Em vez de explorar o espaço, Helen partiu para explorar o potencial de seus filhos — uma decisão da qual ela e os filhos sem dúvida se recordarão com gratidão.

PAIS: PROGRAMADOS PARA PROVER

“Uma de minhas primeiras lembranças de quando era pequeno foi desejar que meu pai passasse mais tempo em casa”, refletiu o dr. Andrew Hudnut, um médico de família de Sacramento, Califórnia. “Eu tinha 8 anos, e nós tínhamos acabado de voltar de um passeio de canoa. Lembro-me de ter pensado: ‘Não quero uma casa maior ou mais dinheiro. Só quero meu pai por perto’.”[15]

Felizmente, cada vez mais pais estão dispostos a se sacrificar para ganhar as vantagens de mando de campo no jogo com seus filhos.

Em uma pesquisa nacional desenvolvida pelo Radcliffe Public Policy Center de Harvard, 82% dos homens entre 20 e 30 anos disseram que coisas como salário e prestígio não são tão importantes em um emprego se lhes fosse permitido ter tempo com a família. Cada vez mais os empregadores parecem estar prestando atenção ao fato. Três em cada quatro empresas pesquisadas pela empresa de consultoria Hewitt Associates disseram que oferecem alternativas como meio período, horário flexível, compartilhamento de trabalho, trabalho a distância ou uma semana comprimida de dias mais longos em troca de um dia fora. Foi um salto de 45% em dez anos.[\[16\]](#)

A motivação interna dos pais para voltar ao ninho e cuidar dos filhos não é só emocional. Pesquisas mostram que, nas semanas próximas ao nascimento de uma criança, os pais demonstram níveis mais altos de estrogênio e um aumento na prolactina, o hormônio que ajuda na lactação da mulher. Há também uma queda de 33% na testosterona nas

primeiras três semanas depois do nascimento![\[17\]](#)
Por quê? A melhor suposição é que “os níveis de hormônios das mulheres são sincronizados com o nascimento, e os níveis de hormônios dos homens estão ligados aos de sua parceira”, diz a psicóloga Anne Storey.[\[18\]](#)

O que significa, papai, que o chamado para investir em seus filhos está programado em sua natureza desde o momento que a criança chega.

Assim como em você, mamãe.

Se vocês derem ouvidos a ele, sairão da rodinha de atividades para um ambiente doméstico mais estável, com mais tempo com seus filhos.

Vocês também vivenciarão aqueles raros momentos em que o maior sucesso que se pode colher na carreira não se compara a um sorriso de seu filho ou a ouvi-lo dizer: “Eu te amo!”.

MAS E SE SOU UMA MÃE SOLTEIRA OU UM PAI SOLTEIRO?
Para quem está nessa trincheira, não há trabalho mais difícil no mundo do que ser uma mãe ou um

pai solteiros. Você não tem o luxo de ficar em casa sem trabalhar e está constantemente sob pressão (e se sente culpado porque seu filho não tem pai ou mãe). Ajuda e tempo são as coisas das quais você mais sente falta. E, como não dá para comprar tempo, tudo que pode fazer é inventar maneiras criativas para liberar seu tempo.

Algumas mães solteiras dirão que ficariam felizes se pudessem ir ao banheiro sozinhas em paz e sossego. Para muitas, ter parte de um dia da semana que elas possam chamar de seu acontece apenas nos sonhos.

Mãe solteira, sei que você sente que a vida lhe deu um golpe. Sei que não esperava que seu marido morresse, ou pedisse o divórcio.

Pai solteiro, sei que você não queria ouvir de seu amigo que ele viu sua esposa com outro homem.

Seus filhos também não desejavam nenhum desses cenários. Agora todos estão pagando por isso.

A pergunta a ser feita a não é: “O que fiz para merecer isso?”, mas: “O que vou fazer daqui em

diante?”.

Criar um filho sozinho é desafiador, mas você e seus filhos ainda podem acabar fortalecidos, se oferecer a eles a disciplina de que precisam; um ambiente previsível e seguro; uma dose saudável de vitamina N (dizer não) e vitamina E (encorajamento); e o uso sensato do tempo que você *realmente* tem.

Infelizmente, a culpa com frequência motiva as decisões dos pais solteiros em relação à criação dos filhos. Eles veem o que outras famílias têm e se desdobram para tentar acompanhar. Negligenciam sua própria saúde para o bem da agenda dos filhos. Eles jogam o jogo do “e se” — *e se* ele não tivesse me enganado, *e se* eu não tivesse ficado grávida antes do casamento, *e se* eu tivesse arranjado aquele emprego para o qual fiz entrevista.

Geralmente as crianças tornam as coisas piores. Elas salientam que não têm as coisas que as outras crianças têm, fazendo com que mamãe e papai se sintam ainda mais culpados.

Por causa dessa culpa, e como pais solteiros não conseguem ficar tanto tempo em casa, é fácil cair na armadilha da atividade. Ou ter horários tão exigentes que, quando conseguem um tempo longe do trabalho, fazem qualquer coisa por um descanso. Se você está tentado a seguir em uma dessas direções, cuidado: há influências nocivas demais seduzindo seu filho para que você acione o piloto automático. Valorize o tempo que vocês têm juntos. E proteja-o como se fosse um tesouro escondido.

DEZ ESTRATÉGIAS DE SOBREVIVÊNCIA PRÁTICAS E DE BAIXO CUSTO

Pais solteiros, mais que outras pessoas, precisam e merecem de um tempo para si mesmos. Mas, para isso, é preciso ser criativo. As seguintes estratégias vão ajudar.

1. *Organize um rodízio de pessoas para tomar conta das crianças.* Sei que já mencionei isso, mas é uma ideia que funciona maravilhosamente para lhe

proporcionar um pouco de liberdade. Organizar um grupo de amigos ou de outros pais (casados ou solteiros) para esse fim é uma das maneiras mais práticas e úteis de permutar tempo sem custo. Essas horas longe de seu filho uma manhã ou tarde por semana vão permitir que você se ocupe do trabalho da casa, relaxe na banheira ou leia um livro — tudo isso sem colocar seu filho na pré-escola.

2. *Relacione-se com outras famílias em sua comunidade.* Às vezes você tem de dizer às pessoas quais são suas necessidades, o que nem sempre é algo confortável. Você pode abordar um casal que conhece em seu grupo de oração, na escola de seu filho ou no grupo de escoteiros e dizer, por exemplo: “Sei que você vai pescar com frequência. Será que um dia desses daria para você levar meu filho também? Não tenho muito de pescadora; nem sei diferenciar o anzol da linha”.

Se você *não é* mãe solteira ou pai solteiro, procure a sua volta as mães ou pais solteiros que apreciariam sua ajuda. Considere oferecer-se para

tomar conta de uma criança durante uma tarde para que esse pai ou mãe tenha um espaço para respirar.

3. *Persevere trabalhando em conjunto.* Filhos de pais solteiros aprendem rapidamente que em casa todo mundo precisa dar uma mão, por exemplo, aos 8 ou 9 anos, quando chegam da escola, eles têm de tirar a comida do *freezer* para o jantar. Essa mentalidade de “Sou eu e você, garoto, contra o mundo” pode estimular a intimidade entre a mãe solteira ou o pai solteiro e seu filho, assim como desenvolver a resistência emocional e a responsabilidade.



**Alternativas criativas para pais
solteiros +**

4. *Seja consistente em sua disciplina.* Uma vez que pais solteiros frequentemente estão sempre sob pressão e muito cansados, você provavelmente

reagirá às circunstâncias com base em seu nível de exaustão. Às vezes você vai deixar um ataque de insolência passar batido, para dois dias depois “cair matando” por causa da mesma ofensa.

Apesar de ser incrivelmente difícil nunca ter um jogador reserva, consistência é fundamental para a estabilidade e o desenvolvimento psicológico das crianças. Em um momento calmo, sente-se e decida quais serão suas expectativas, faça que as crianças as conheçam e então coloque-as em prática; isso pode significar também permitir que pequenas coisas (cotovelos na mesa ou um arroteo ocasional) passem sem comentários, já que você está se concentrando no que é mais importante.

5. Não deixe a culpa controlar sua vida. O problema da culpa é que ela o prende ao passado. Você não pode desfazer a vida, então concentre-se no presente e no futuro.

Só porque suas atitudes ou as de seu cônjuge colocaram as crianças nessa situação longe da ideal, não significa que elas devem ganhar um brinquedo

que você não pode pagar. Também não significa que elas podem se esquivar de tarefas ou se vestir de maneira inadequada. O que aconteceu, aconteceu; faça o melhor possível para lidar com o aqui e agora.

6. *Comece a dizer às pessoas que você ama que precisa de ajuda.* Isso inclui pais, irmãos e amigos fiéis. As crianças nunca deveriam ser criadas sozinhas. Apesar de não ter um marido ou esposa, procure os avós, irmãos ou mesmo um amigo próximo para ajudar você.

7. *Prepare refeições em quantidade.* Com um grupo de amigos, membros da família ou mães da vizinhança — e mesmo sozinho —, prepare refeições suficientes para trinta dias para congelar e usar depois. Jantares com os filhos são uma das melhores maneiras de interação em família, e essa dica pode tornar esses momentos mais descomplicados.

Se for preparar as refeições em grupo, cada pessoa deve trazer uma receita saborosa e barata e

os ingredientes necessários. O grupo então prepara uma boa quantidade de cada receita, que é dividida entre todos para levar para casa. Ou as pessoas preparam a refeição reforçada em casa, multiplicando a quantidade para os demais do grupo; quando todos se encontram, simplesmente trocam as refeições e levam para casa para congelar. Se seus filhos já forem grandinhos, faça isso com eles. Você pode reservar o primeiro sábado de cada mês como o dia de cozinhar, por exemplo. Seus filhos vão se divertir fazendo isso com você, e vocês passarão tempo em quantidade e qualidade juntos.

8. *Aproveite as atividades grátis.* Há muitas coisas grátis que pais solteiros podem fazer com seus filhos. Experimente um momento de histórias na biblioteca ou livraria (o que pode permitir que você leia sozinho ou simplesmente tenha um momento tranquilo), visitas a parques, concertos ao ar livre e assim por diante.

9. *Sugira presentes úteis.* Quando as pessoas perguntarem o que elas podem lhe dar no

aniversário ou no Natal, seja prático: “Adoraria um vale-presente que me desse direito a uma faxineira por um dia” ou “Adoraríamos um vale-presente para o Outback”. Esses presentes proporcionarão a vocês mais tempo juntos como família ao liberar você de suas tarefas.

10. Deixe que os avós sejam avós. Mas continue sendo pai ou mãe em seu território. Pais solteiros às vezes ficam tão exaustos que permitem que os avós se tornem pais de fato. Mas não deixe ninguém assumir seu papel de pai ou mãe.

Eis um exemplo: Raquel, uma mãe separada, pretendia se mudar para a casa dos pais depois do divórcio só até que ela pudesse se equilibrar novamente. Agora ela está lá há seis anos, e seu filho mais velho tem 11 anos. No último Natal, vovó e vovô surpreenderam a família com um presente: “Vamos todos para a Disneylândia!”.

Os avós podem ter pensado que estavam fazendo um favor a todos, mas teria sido melhor fazerem a reserva para os netos e a filha e deixar que *ela*

levasse as crianças ao parque.

Por quê? Porque Rachel estava se tornando a filhinha do papai de novo — em essência, uma irmã mais velha de seus próprios filhos.

Independentemente do estresse de sua vida neste momento, jamais delegue seu papel de pai ou mãe. Certifique-se de permanecer no assento do motorista da vida de seu filho.

Seus filhos precisam demais de você, e eles merecem uma mãe ou um pai que esteja conectado a eles o maior tempo possível. Nenhuma outra pessoa ou atividade pode substituir isso.

Você é importante assim para seus filhos.

Boa pergunta!

Que passos você dará no próximo mês para colocar sua família em primeiro lugar? (Meu palpite é que você jamais vai querer voltar à maneira como estava vivendo quando experimentar as recompensas!)

Concentre-se na família em primeiro lugar

- Você pode se *sentir* indispensável no trabalho, mas é indispensável na família. Não dê tudo de si ao trabalho; guarde tempo e energia para seus filhos.
- Escolha seus compromissos de trabalho com sensatez. Se for chamado a mudar de cidade, fique onde está se for possível, especialmente se tiver de deixar para trás a família estendida. Se seu trabalho exige demais de você, procure outro emprego.
- Divulgue seu interesse, comprometimento e amor a seus filhos ao passar tempo com eles, mesmo que isso lhe custe dinheiro.
- Use o tempo de deslocamento de casa para o trabalho para se preparar para passar tempo de qualidade com sua família.
- Antes de aumentar suas horas de trabalho, veja que necessidades e desejos podem ser cortados em casa antes. Seus filhos precisam mesmo é de seu tempo e atenção.

Você consegue!

*Como fazer a transição para
uma maneira melhor de viver
sem sofrer com a síndrome do
peixe fora d'água.*

Quando criança, eu passava a maior parte do meu tempo pescando no riacho Ellicott [em Buffalo, New York]. E aqueles dias despreocupados me ensinaram que, quando o peixe é fígado, ele de vez em quando faz uma coisa estranha — levanta voo. O peixe às vezes rompe a superfície da água e se debate na tentativa de se livrar do anzol ou da isca em sua boca.

Os peixes não são os únicos que lutam contra a mudança. Seus filhos também fazem isso. Quando você altera radicalmente o estilo de vida de sua

família, as coisas tendem a piorar antes de melhorar, dependendo da idade de seus filhos. Chamo isso de síndrome do peixe fora d'água, porque as crianças se comportam como peixes fígados, arqueando as costas psicologicamente e se debatendo no ar.

Você pode diminuir o choque fazendo a transição cuidadosamente e conscientizando-se do que é *realmente* importante para as crianças.

O PODER DOS RITUAIS E ROTINAS

Quando as crianças vivem no caos — perguntando-se quando ou se o jantar será servido, ou se terão de providenciar um lanche sozinhas, ou quando serão os cochilos, cada dia em um horário diferente —, essa confusão as deixa nervosas e decepcionadas. Rotinas e rituais são muito importantes na vida de uma criança, pois garantem segurança e senso de pertencimento.

Se você não acredita, experimente alterar uma única atividade da rotina de seu filho na hora de dormir e você ouvirá: “Mas, pai, você *sempre* me

conta uma história!”

As crianças desabroçam em um ambiente de segurança e amor, no qual elas sabem o que esperar.

Sande e eu sabíamos por experiência como a rotina do cochilo era importante para nossa primogênita, Holly. Certa tarde de domingo entrou para os momentos infames do livro da história da família Leman. Meu editor precisava de uma foto de família para o dia seguinte, e o único lugar que ainda estava aberto era a loja de departamentos Sears. Holly estava tirando um cochilo. Então, movidos pelo que pensamos ser uma necessidade, nós a acordamos. Agora, aqui vai uma coisa que você precisa entender. O pior trabalho do mundo — pior até do que limpar fossa ou cobrir um telhado de piche no Texas no auge do verão — era acordar a Holly de um cochilo. Desde que ela era bebê, Sande e eu tivemos muitas discussões sobre de quem era a vez de dar um tapinha no ombro da pequena tirana e tirá-la da cama.

Finalmente conseguimos acordá-la, mas foi quase

impossível vesti-la. Nada servia direito. A etiqueta coçava, os sapatos apertavam, um vestido estava curto, o vestido seguinte era muito comprido. Depois de obrigá-la a ficar com as roupas com as quais a tínhamos vestido, levamos a menina, literalmente gritando e esperneando, para a loja. Percebendo que não teríamos tempo para dar o almoço a ela, porque estávamos com muita pressa, Sande lhe entregou uma banana... que ela imediatamente esmagou na cara da mãe! Então Sande correu de volta para casa para consertar a maquiagem, eu levei Átila, o huno, para o carro e a amarrei em sua cadeirinha, imaginando como ficaria a foto — olhos vermelhos e inchados, banana e tudo o mais.

Se recebesse o mesmo telefonema hoje, eu seria mais esperto. “Desculpe-me”, eu diria ao editor. “Vamos tirá-la na segunda-feira e enviá-la durante a noite, mas para segunda não vai dar mesmo.”

Veja você, macacos velhos como eu também conseguem aprender truques novos.

Você consegue! É possível fazer a transição para um ambiente menos estressado, voltado para a família. Mas é preciso que você se mantenha firme a seus princípios, ou logo se verá de volta à rodinha de atividades, correndo com todas as outras criaturas exaustas.

QUEM É O LÍDER DA MATILHA: VOCÊ OU SEU FILHO?

Há outro benefício em estabelecer rotinas. Elas diminuem muito a probabilidade de “debates” acalorados em família — uma maneira suave de dizer “bate-boca”.

Veja a família Leman, por exemplo. Nenhum de nossos filhos jamais discutiu sobre se poderia ou não estar envolvido em atividades diferentes cinco noites por semana, porque aprenderam desde cedo que só permitíamos uma atividade por filho por semestre. E também aprenderam logo que o horário do jantar é o momento da família, sem exceções... Especialmente se sentíssemos que a família estava recebendo pouca atenção.

As rotinas que você estabelece ajudam a reforçar o fato de que você não é empregado de seu filho; você é mãe ou pai dele. E há uma grande diferença entre os dois.

Quando Lauren tinha 9 anos, nossa família comprou um filhote de *cocker spaniel* chamado Rosie. Eu disse a Lauren que ela seria a mãe do filhotinho, porque sabia que ela aprenderia muitas lições valiosas de família ao estar nesse papel.

Cães têm uma mentalidade de bando, e a lei do bando é: “amigos” podem ser ignorados, pode-se discordar deles ou até brigar com eles, mas o cachorro alfa sempre tem de ser obedecido. Por exemplo, um filhote pode brigar com a mãe por diversão. Mas, quando a mãe rosna, o filhote imediatamente para e abaixa a cabeça até o chão em submissão. O que ele está dizendo? “OK, você venceu”.

Outro filhote poderia rosnar o dia inteiro, e o primeiro simplesmente continuaria lutando. Mas com a mamãe ninguém mexe.

Rosie tinha de reconhecer Lauren como cachorro alfa também. Do contrário, ela se sentiria livre para obedecer ou desobedecer a qualquer comando, dependendo de como se sentisse em relação a este. Por exemplo, se a cadela visse Lauren como uma companheira de brincadeira, ela puxaria a guia, arrastando-a pela rua. Mas, se visse Lauren como o cachorro alfa, então caminharia a seu lado.

Treinar filhotes é parecido com educar filhos. Se você quer ser o melhor amigo de seu filho, os dois vão discordar continuamente. Por quê? Porque são dois iguais, amigo e amigo.

Seu filho não precisa que você seja amigo dele. Precisa que você seja pai ou mãe — essa é a área de segurança dele.

Como quase todo filhote, Rosie teve seus momentos de morder. Pedimos a um treinador para cuidar disso. Um truque é colocar imediatamente os dedos na boca do filhote e pressionar a parte de trás da língua para baixo até ele choramingar, enquanto você diz: “Sem morder!”. Você sabe o que significa

esse choramingo? Um sinal de submissão. Vi um garotinho fazer isso funcionar perfeitamente. Depois de dias de treinamento, ele viu seu cachorro começar a dar mordidinhas em outro menino. Ele gritou para o cão: “Fora!” (um sinal universal de “Pare!”). O filhote se virou rapidamente para trás e olhou para ele como se dissesse: “Eu desisto. O que você quer que eu faça?”.

Às vezes, em particular as mães se rendem imóveis aos “choramingos” dos filhos em vez de agir como cachorro alfa. Uma mãe que vi no *shopping* tentava arrancar o filho do carrossel, enquanto ele fazia mais do que choramingar. Mas, em vez de agir como cachorro alfa, o que fez ela? “Querido”, ela disse, “agora temos de ir à loja de brinquedos!”. Apelou para a chantagem. Como é que nós, pais, chegamos ao ponto de temer o desprazer de nossos filhos?

Você sabe o que essa mãe fará em seguida? Levará o pestinha para a loja de brinquedos. E você acredita realmente que ela vai sair da loja sem

comprar um brinquedo? Nem pensar!

Não tenha medo de seus filhos. Não os deixe controlar você com seus chiliques, em qualquer idade. Em vez disso, conscientize-se de que um bom treinamento produz um choramingo de submissão aqui ou ali. Uma criança saudável não é uma criança sempre feliz. Mas crianças que algumas vezes são infelizes aprendem que o mundo não gira ao redor delas e se tornam cidadãos equilibrados e colaboradores em vez de tiranos que só dizem “tudo eu”.

CINCO DICAS DE TRANSIÇÃO PARA DAR ADEUS AO “OCUPADO”

Como você faz a transição para um estilo de vida focado nos relacionamentos, não nas atividades, e assume a direção na criação de seu filho? Use estas cinco dicas.

1. Não espere que tudo aconteça de uma vez

Temo que algumas pessoas possam pegar este livro e dizer: “Minha nossa, Haroldo, nós perdemos o

bonde! Isso precisa mudar *agora mesmo*. Quero todo mundo na sala da família, já! Agora ouçam isso, agora ouçam aquilo! Todas as licenças revogadas; ninguém vai a lugar nenhum. Vamos ter uma noite em família todas as noites da semana, durante três horas sem intervalo. E vamos nos *divertir*. Entendido?”.

Se você está concorrendo a presidente da família, boa sorte, porque seus índices de aprovação acabaram de ir pelo ralo. Que bom que você queira tomar algumas medidas concretas no sentido da mudança. Mas é melhor investir nessas mudanças lenta e cuidadosamente, como se estivesse entrando em um lago gelado. Não tente reinventar as rotinas de sua família da noite para o dia.

Por exemplo, vamos dizer que seus filhos estejam cheios de compromissos com atividades extracurriculares. Como fui reitor de alunos, sempre penso em semestres; nós agendávamos as atividades de nossos filhos um semestre por vez. Se você quer fazer mudanças, faça isso em volta da mesa da

cozinha perto do final de um semestre, enquanto começa a pensar no próximo.

Você pode começar dizendo algo mais ou menos assim: “Que loucura, não é? Relembrando os últimos dois meses, seu pai e eu percebemos que a última vez que todos nós nos sentamos nesta mesa e jantamos juntos foi há exatas quatro noites. Não queremos mais viver assim. Na verdade, não *vamos* mais viver desse jeito. Faremos algumas mudanças para vocês e para nós”.

Se seus filhos forem pré-adolescentes, isso pode parecer legal para eles. Porém, se forem mais velhos, podem olhá-lo como se duas cabeças e chifres acabassem de brotar em você. Se decidir fazer mudanças para equilibrar trabalho e família, e anunciar a seu filho de 15 anos que de repente você estará disponível e espera que ele esteja em casa com mais frequência também, não se engane; ele não vai dar saltos mortais para comemorar. Esse jovem terá de fazer alguns ajustes radicais à medida que aprende a se relacionar com você e a lidar com

os sentimentos a respeito de sua ausência emocional anterior e a realidade de uma relação mais íntima com você. Entretanto, pouco a pouco você pode começar a entrar novamente no mundo dele.

Se decidir reduzir de quatro para uma atividade por semestre, e seus filhos estiverem acostumados a esse padrão, provavelmente haverá gritaria:

— Não é justo!

— Quer saber? — você pode dizer a eles. — Vocês estão certos. Não é justo que papai e eu tenhamos um total de oito atividades por mês. Seu pai trabalha o dia todo no escritório, e eu trabalho o dia todo em casa. Então não vamos mais jogar esse jogo. Vocês terão de fazer algumas escolhas sobre o que farão no próximo semestre. Não precisam decidir hoje à noite, mas temos de saber nas próximas semanas para podermos planejar.

Seus filhos podem urrar como porcos espetados.

— Crianças — você pode dizer — quando vocês forem mais velhos e quiserem se envolver em mais atividades, tudo bem. Mas, por enquanto, isso é

muito estressante para nossa família. Vamos economizar dinheiro e esforço; vamos dar uma acalmada.

Quem sabe? Talvez vocês até comecem a conversar uns com os outros.

Enquanto essas mudanças acontecem, você precisa ser o adulto com A maiúsculo. Ou seja, precisa ser objetivo e sensato, e reconhecer que o que seus filhos podem perceber como ameaça é, na verdade, um presente.

2. Certifique-se de que seja um por todos e todos por um

Adoro quando fazendeiros assistem aos meus seminários.

— Vocês podem ir embora — eu digo a eles. — Não há nada de novo que eu possa ensinar a vocês. Quase tudo que precisavam saber, já aprenderam na fazenda.

Em uma família que coloca os relacionamentos na frente, todos trabalham e todo mundo ajuda,

assim como acontece em uma fazenda. Deveria ser assim, quer você vivesse no centro de uma metrópole quer na zona rural. A participação nas tarefas produz um dos mais importantes presentes que você pode dar a seu filho: o senso de pertencimento.

Em nossa cultura, infelizmente muitas famílias vivem como se os pais existissem unicamente para o avanço independente de cada filho. Quando a família age como se o valor da criança dependesse do que ela faz *fora* de casa, os filhos têm um senso de pertencimento muito mais fraco *dentro* de casa.

Se você trata seu filho de 8 anos como um futuro atleta olímpico ou uma cantora de ópera do Metropolitan em formação — fazendo todas as tarefas para eles, limpando o quarto e cuidando da roupa suja para que eles possam se concentrar em seus “talentos especiais” —, pode achar que está lhe dando todas as vantagens. Na realidade, você o está privando da vantagem mais importante: a sensação de ser parte vital da unidade familiar. Você pode

acabar transformando essa estrela brilhante em uma estrela caída no momento em que ela sair de casa.

Para uma família ser uma família, concentrada em passar tempo junta e construir relacionamentos, todo mundo deve se sacrificar. E todos os membros da família são importantes: o aluno que só tira A não é mais valioso nem amado do que o palhaço da classe que só tira C. O atleta talentoso não é mais importante do que o caçula tímido e gordinho.

Uma criança que cresce em uma casa assim sabe que pode ser cortado do time, demitido do emprego ou expulso do clube — mas sempre vai pertencer à família. Sempre haverá para ele um lugar à mesa, uma cama para dormir, um abraço quando precisar. Mais importante, haverá sempre um grupo de pessoas que vai apoiá-lo, amá-lo e encorajá-lo.

Como pai sessentão de uma adolescente temporã e filhos com mais de 30 anos, não vou durar para sempre. Sinto um grande prazer em saber que, quando eu estiver em um lar para pessoas idosas, babando no enfermeiro que passeia comigo e

vestindo a roupa de baixo do avesso, Holly, Krissy, Kevin II e Hannah estarão cuidando de sua irmã mais nova, Lauren. O casamento pode mudar o sobrenome de minhas meninas (já mudou o de duas delas), mas elas sempre serão da família Leman, e os Leman sempre andarão juntos.

Sempre.

Como você cria esse senso de intimidade familiar e pertencimento? Vivendo a vida juntos; é isso o que define família! Essa é a ideia! Se Samuel está no basquete, enquanto Dani está no balé, enquanto Nanda está no futebol, enquanto Lucas está nos escoteiros, você está apenas criando um lugar em comum para pendurar as roupas de seus filhos até eles saírem de casa na manhã seguinte.

Você deve recompensar seus filhos por contribuírem pagando a eles um valor além da mesada? Não. Papai não recebe para ajudar a lavar a louça que precisa ser lavada, nem mamãe recebe um bônus por fazer as contas da casa. Os filhos também não deveriam.

Assumir responsabilidades pode trazer suas próprias recompensas. Se sua filha de 12 anos chega em casa da escola e se lembra de que é tarefa dela tirar o jantar do *freezer*, ela não vai ter de se haver com um bando faminto de familiares naquela noite.

Os três amigos,[1] assim como os três mosqueteiros, falaram bem: Um por todos e todos por um! É uma atitude que será útil para seu filho pela vida toda.

3. Não caia novamente na armadilha da atividade

Uma vez que você decidiu sair da rodinha de atividades, dá trabalho *permanecer* fora e lidar com os ajustes que a transição traz. Se começou a colocar os princípios deste livro em prática, pode estar achando que fazer a família adotar uma vida mais simples junta é tão fácil quanto reunir um bando de gatos.

Crie coragem; a transição nunca é fácil. Excesso de ocupação é tão viciante quanto cafeína e açúcar. Adolescentes em particular, que geralmente se

sentem confortáveis com um ritmo frenético, podem ter dificuldade em reduzi-lo. Você mesmo pode achar difícil evitar escorregar para essa armadilha, se tiver medo de que seus filhos não estejam atingindo seu potencial. A verdade é que *recolocá-los de volta na rodinha de atividades sem fim é que vai impedi-los de atingir seu potencial*.

Eu sei, eu sei, isso parece contraditório. Outros pais podem acusá-lo de roubar oportunidades de seus filhos quando você começa a tirá-los da rodinha: “Como assim, a Sarah está saindo da equipe de basquete que viaja? Olha, essa garota é uma jogadora! Mas ela nunca vai conseguir uma bolsa de estudos se só enfrentar esses jogadores locais. Ela precisa da competição!”.

Se sua filha está envolvida em atividades demais, ela não vai atingir seu potencial em nada. Vai faltar a ela o valor central de pertencer a alguma coisa (a família) baseada em quem ela é (uma filha e irmã amada), não no que ela *faz* (marca pontos, toca um instrumento, tem as notas mais altas).

Além disso, ter mais opções realmente ajuda seu filho a chegar ao que é mais importante para ele? Ao limitar as atividades a uma por semestre, ele tem de escolher. Dar aos filhos esse foco os encoraja a se concentrar mais em suas paixões em vez de tentar abraçar o mundo.

Se você está contando com uma colocação mais alta para a faculdade ao encorajar seu filho a se envolver em todas essas atividades, repense. Para quem cuida do processo seletivo nas faculdades, atividades extracurriculares não são tudo que achamos que são.

Em uma pesquisa sobre tendências de recrutamento conduzida pela National Association for College Admission Counseling, “trabalho e atividades extracurriculares” estavam em 11º lugar no *ranking* de fatores que influenciam as decisões de admissão — bem abaixo de notas, resultados de provas e *ranking* da classe.[\[2\]](#)

Aqueles que enaltecem outros benefícios das atividades extracurriculares podem citar trabalho em equipe e responsabilidade. Essas são boas razões, suponho, mas adivinhe? Todas essas qualidades podem ser desenvolvidas dentro da família da mesma forma.

Se você se vir voltando à rodinha de atividades, pergunte-se por quê. É porque você tem uma “estrela em ascensão” em casa? Esse membro da família domina a agenda familiar? É fácil cair nessa se você tem um filho especialmente talentoso. Mas não é justo para com os outros quando uma família devota tempo e energia demais a um único membro.

O problema com o “iluminado” é que pode empanar o brilho das pequenas luzes. Não deixe que os talentos de um filho eclipssem o desenvolvimento dos demais. (Isso é particularmente verdadeiro no caso de primogênitos, já que suas luzes tendem a brilhar um pouco mais forte desde o começo, talvez porque os pais de primeira viagem os forcem nessa direção.)

Por outro lado, você pode estar se enfiando de volta na rodinha porque gosta das glórias. Veja o caso da Marge, por exemplo:

— Marge — observa uma vizinha — você ensina em casa seus quatro filhos e *ainda* os leva para natação, balé, piano e futebol!

— Ah, não é nada — responde Marge. — Afinal, eles são minha prioridade!

— Mas você fica o dia inteiro transportando as crianças de um lado para o outro da cidade.

— Bem, realmente gastamos uma cota maior de quilômetros na *minivan*, e as crianças realmente me mantêm ocupada. Mas eu dou um jeito.

— Marge — diz a vizinha, cheia de admiração — como você *consegue*?

Sendo alguém que discretamente saboreia seu papel de mártir, Marge sem dúvida precisa de uma massagem regular no ego. Mas o papel de Supermãe não está ajudando nem um pouco a sua família.

Sejamos honestos — há uma recompensa emocional para o pai ou a mãe quando os outros

reparam. Porém, quando estamos sacrificando o futuro de nossos filhos para fortalecer nosso ego, o custo é alto demais. Quando aquela próxima oportunidade vier bater à sua porta — e ela virá —, só há uma forma de evitar cair de novo na armadilha da atividade.

Aprenda a dizer não.

Não é difícil; vamos lá, diga: “Não”.

Desculpe-me — foi um pouco fraco. Seja mais firme dessa vez: “*Não!*”.

É isso aí. Uma vez proferida, essa palavra tem a capacidade notável de fechar a porta para qualquer coisa que você seja convidado a participar, liderar ou preparar.

Decidir sair da rodinha de atividades não é uma escolha única; é comprometer-se com um padrão diário de escolhas contrárias à cultura, um padrão que tem como foco as prioridades da família e a vida simples. Sempre haverá pessoas que tentarão lançá-lo para seus projetos. Por mais que valha a pena considerar um projeto aqui e outro ali, a verdade é

que não podemos executar todos.

Dizer não exige prática. Quando solicitadas a aceitar um compromisso, muitas pessoas não têm a perspicácia de dizer: “Vou pensar a respeito. Preciso consultar meu marido” ou “Vou dar uma olhada na agenda. Dou uma resposta depois”. Esse adiamento permite que você ganhe tempo, promove um afastamento objetivo entre você e a pessoa que pergunta, e dá oportunidade para que o casal decida em conjunto o que é possível absorver nos próximos meses.

Quando você voltar com seu não, comece sua frase com a palavra. “Não. Parece um ótimo programa, e eu gostaria de poder ajudar, mas tenho outros compromissos.” Quanto mais curta for a resposta, melhor. Seja gentil, mas firme, confiante de que está tomando decisões sensatas em favor de sua família. Do contrário, aquela pessoa bem-intencionada à procura de voluntários pode ler sua hesitação como indecisão e tentar novamente envolvê-lo.

Dizer não pode ser incrivelmente saudável para sua família. É por isso que chamo de vitamina N.

4. Tome as decisões difíceis

Às vezes seus filhos também precisam de vitamina N. Pode ser difícil ministrar isso a eles, especialmente se a ideia é nova para você. Mas, se deseja deslocar o foco para o espaço da família, você vai precisar tomar decisões contrárias à cultura vigente, aquelas que alguns pais cegamente permitem que os outros tomem por eles.

Vamos dizer que seu filho ou sua filha esteja indo ao baile de gala do sétimo ano. Outros pais acham que é uma ótima ideia alugar uma limusine aumentada. Eu considero a ideia pavorosa e não me importo de dizer isso a qualquer um que perguntar. Não se deixe levar pelo que outras famílias pensam em um caso assim.

Considere outro exemplo. Você diria: “Oh, acho que tudo bem que meu filho do quinto ano veja esse filme. Todo mundo está vendo”? Um bufê *self-*

service de filmes não é a coisa mais saudável para crianças. Alguns filmes são violentos; outros enaltecem valores que você provavelmente quer desestimular. Não vou pagar 8 dólares para que alguém fique martelando durante uma hora e quarenta minutos na cabeça de meu filhos uma coisa da qual quero que eles se livrem — ou algo que nem sequer deve ser apresentado a eles!

Quanto mais cedo você desenvolve um padrão para estabelecer e manter limites saudáveis com a vitamina N, melhor ficará quando seus filhos entrarem na adolescência e começar a assumir mais responsabilidade. Lembre-se: você é o pai; eles são os filhos.

Isso me faz lembrar de algumas mães que às vezes me abordam em seminários de fim de semana, reclamando do filho, que come muita *junk food* [alimentos de baixo valor nutritivo e, em geral, muito calóricos].

— Que *junk food* ele come, minha senhora? — eu respondo.

— Sorvete. Ele está sempre tomando sorvete; ele devora aquilo.

— E onde ele consegue o sorvete?

— Eu compro no mercado.

— Então, está me dizendo que é *você* mesma que compra todo o sorvete que não quer que seu filho tome?

— Ai... Sim.

Pais, vocês têm de estabelecer os limites. Não deixem que algo tão idiota quanto *junk food* ou diversão minem os benefícios da vida em família e dos relacionamentos. No caso de filmes, se existe algum que esteja minimamente perto de ser um risco, Sande e eu assistimos junto com nossa filha, ou ela não assiste de jeito nenhum. Somos responsáveis por nossos filhos, e isso significa estar ali para corrigir a mensagem que contradiz nossos valores familiares. (A propósito, o *site* [em inglês] www.pluggedinonline.com, da organização Focus on the Family [Foco na Família], oferece recursos para avaliar a linguagem, o conteúdo sexual e a violência

em filmes.)

“Você faz parte da família Leman”, eu digo para meus filhos, “e não somos como todo mundo”. Há certas coisas que não vou deixá-los fazer, e eles sabem disso; eles nunca disseram: “Mas, papai, todo mundo está fazendo”.

Dizer não quando necessário ajuda a tirar seus filhos da rodinha de atividades, mesmo que eles não fiquem sempre felizes com isso.

Isso não significa que você *sempre* diz não, é claro. Um exemplo típico: se um filho mais velho — digamos, de 14 anos — não quer a ir a algum lugar com o resto da família, você pode deixá-lo ficar em casa. “Vamos sentir sua falta”, você pode dizer, e seguir seu caminho. Nem todo mundo gosta das mesmas atividades; às vezes, o bom senso recomenda um espaço para seu filho.

Às vezes, porém, é necessário tomar uma decisão administrativa em nome da família. Aja com gentileza, mas depressa, com firmeza. Ouça as objeções até o fim, porque o amor não exige que

tudo seja do seu jeito. Mas então tome a decisão.

Por exemplo, você pode dizer a seu filho de 15 anos que a família vai à casa da tia Matilde passar o próximo feriado. Ele pode responder:

— Mas eu odeio ir à casa da tia Matilde!

— Querido, você pode odiar quanto quiser — você responde. — Eu entendo. Mas fomos convidados como família, e vamos como família.

— Mas, pai, vou ficar infeliz o dia inteiro.

— Sei que você vai ficar infeliz. Sei como é. Mas ir à casa da tia Matilde vai ser bom para você; vai fazer que aprecie o dia seguinte, quando não estiver mais lá.

Às vezes você pode tentar redirecionar, acrescentar uma informação positiva. Meu médico faz isso: como eu odeio colonoscopias, ele tenta me distrair fazendo ruídos de carro de corrida da Stock Car enquanto usa a sonda. “Muito bem, estamos na reta... e agora uma guinada à esquerda”, ele diz, e então faz um som de pneus derrapando. Isso suaviza o processo, apesar de eu continuar não gostando de

colonoscopias.

Se está claro que uma visita à tia Matilde é realmente uma possibilidade deprimente para seu filho, apenas reconheça que há algumas coisas na vida de que nós simplesmente não gostamos. Nem a “infelicidade” de seu filho nem a empatia que você demonstre mudam o fato de que ele não precisa gostar do programa para unir-se à família.



**Você está prendendo demais seu
filho? +**

Talvez você possa dizer: “Nós não pedimos a você que faça muitas coisas, mas este é um passeio do qual precisa participar. Sei que não é divertido, mas é inegociável”.

Dar a seus filhos tudo que eles querem pode produzir uma felicidade passageira. Todavia, encorajar um comprometimento maior com valores

de sua família, dizendo não às vezes, gera crianças saudáveis.

5. Continue ajustando os limites

Quando as crianças estão aprendendo a andar, você as segura pelas mãos para que pratiquem colocar um pé na frente do outro. Em pouco tempo, elas adquirem o equilíbrio exigido para caminhar sozinhas. Então você dá a mão a elas novamente para ensiná-las como atravessar a rua com segurança. Com o tempo, elas aprendem a olhar para os dois lados e a se orientar sozinhas no trânsito.

Em outras palavras, você os mantém por perto e depois os deixa ir.

Você oferece a seus filhos sua presença confortadora, alternando com encorajamento seguro para que eles saiam para o mundo, num processo etapa a etapa, para a frente e para trás, que marca o crescimento de crianças saudáveis. Seu papel muda não só durante a transição para focar no tempo em

casa, mas, de novo e mais uma vez, durante os anos em que seu filho se prepara para um dia pegar a estrada.

Quando seu filho é novo e inexperiente, você não o deixa simplesmente ir e fazer o que quiser. Porém, conforme ele fica mais velho e começa a descobrir sua própria identidade, você solta a mão, a fim de deixá-lo dar aqueles primeiros passinhos vacilantes em uma direção ou outra. Ele cai às vezes, e então você o segura novamente.

Não se pode evitar que ele ganhe galos e hematomas enquanto tenta caminhar; seu filho precisa aprender com os próprios erros, como também com os sucessos. Quando os filhos enfim saem de casa, você quer que eles sejam autossuficientes, que tenham reunido as habilidades necessárias para conseguir viver por conta própria e para amar os outros com o mesmo amor que receberam em casa.

Mas como você sabe se está segurando *demais* seus filhos? Muitos adultos que cresceram em

famílias disfuncionais não sabem o que significa a presença saudável dos pais. É por isso que você vê pais pairando como helicópteros sobre os filhos, sufocando-os. Mas nem pairar sobre eles nem enchê-los de oportunidades e coisas materiais vai fazê-los aprender autossuficiência e foco voltado para fora. Esses métodos criam jovens mimados, que só se preocupam com o próprio umbigo.

Manter os filhos perto demais é fácil para a maioria das mães e pais. Deixá-los ir é mais difícil, especialmente para pais de primeira viagem. É natural segurar essa primeira vida, tão preciosa, um pouco mais perto do que o necessário; ser pai ou mãe é tão novo, e seu bebê parece tão frágil. Entretanto, na medida em que você descobre que ingerir sujeirinhas do chão e aperitivos de joaninha não é letal e que seu filho tem a resiliência de uma bola de borracha, você pode começar a relaxar.

A ESTRADA ACIDENTADA QUE VALE A PENA

A transição entre sair da rodinha de atividades para

um estilo de vida voltado para a família e para o lar nem sempre é fácil, e pode ser acidentada. Mas quanto antes você estabelecer rotinas simples, centradas na família, e se colocar como cachorro alfa, não como “amigo”, mais fácil será.

Não importa se seu filho tem 15 meses ou 15 anos, não há um tempo como o presente. Então mergulhe de cabeça e faça o melhor que puder!

Você ficará satisfeito com isso.

Boa pergunta!

Que passo prático você pode dar esta semana para sair da rodinha de atividades e começar a transição para uma vida centrada na família?

Como resistir à tempestade da mudança

- Conscientize-se de que, dependendo da idade e da personalidade de seus filhos, as coisas vão piorar antes de melhorar.
- Mude as rotinas de sua família *lentamente*.
- Trate todos os membros da família como

importantes. Lembre-se ainda de que uma família é resultado de mais do que a soma de suas partes. Nenhum membro da família pode dominar o tempo conjunto.

- Saia da rodinha de atividades — e não volte. Não caia no mito de “eu sou um bom pai porque faço todas essas coisas por meus filhos”.
- Não espere que seus filhos estejam sempre felizes.
- Estabeleça e mantenha limites saudáveis.
- Concentre-se na vida simples e nos relacionamentos de sua família.
- Comprometa-se com a longa mudança de direção.

É melhor serem dois do que um,
meu bem!

*Por que uma frente unida é
sempre a melhor abordagem.
(Com uma seção especial para
mães ou pais solteiros.)*

Detesto *bed-and-breakfasts*.[\[1\]](#) Simplesmente, não
são para mim.

Depois de ficar sentado como um garoto do coro
em três voos e aguentar dois intervalos assistindo às
mesmas notícias reprisadas da CNN no aeroporto,
quando finalmente chego ao meu quarto, tudo que
realmente quero é um lugar confortável para
descansar. Em um *bed-and-breakfast*, tenho medo
de me sentar em qualquer móvel porque, com o
meu tamanho, não quero quebrar a antiga cadeira de

balanço da bisavó. Posso viver sem dormir em uma pilha de penas de ganso. E, mesmo adorando pessoas, não sou louco por conversas matinais animadas com casais de cidades distantes.

Mas minha esposa, que adora antiguidades, apreciava esse tipo de acomodação. Então quando três de nossos filhos já tinham saído de casa, e outras duas ainda moravam lá, Sande e eu decidimos comemorar nosso aniversário de casamento em um agradável *bed-and-breakfast*. Tão agradável que até *eu* acabei gostando. Antes de sairmos de casa, porém, Hannah e Lauren — nossas duas mais novas ainda no ninho — nos bombardearam de perguntas.

— Por que é que não podemos ir? — elas perguntaram.

Eu pensei: “Estou a ponto de fazer coisas com sua mãe que vocês ficariam vermelhas várias vezes”. Mas é claro que não podia dizer isso a minhas filhas.

Minha resposta?

— Há momentos em que mamãe e papai precisam estar sozinhos.

— Por quê? — perguntou Lauren.

— Querida — eu disse a ela — sei que pode ser difícil para você entender, mas sua mãe e eu tivemos um relacionamento antes de termos qualquer um de vocês. E essa é a nossa maneira de manter esse relacionamento próximo. Sabe quando você às vezes gosta de ir ao seu restaurante favorito só comigo?

— Sei.

— Bem, sua mãe também é assim.

É difícil para uma criança pequena imaginar que seus pais tiveram um relacionamento antes de ela entrar em cena. A história do mundo de Lauren começou pouco antes do governo Clinton. E, como eu não quero que minha vida pessoal tenha qualquer semelhança com aquele governo, estou determinado a passar um tempo cultivando meu casamento!

POR QUE DAR UMA ESCAPADINHA É TÃO BOM — PARA
VOCÊ E SEUS FILHOS

Dar essa escapulida não foi bom só para mim e Sande. Foi bom também para Hannah e Lauren, assim como para meus filhos mais velhos,

especialmente Krissy, que, àquela altura, já era casada e tinha seu próprio filho. Lembra-se do que eu disse sobre as crianças sempre observarem você? Bem, mesmo quando eles são casados e têm os próprios filhos, continuam observando. Tanto Krissy quanto Hannah, minhas filhas casadas, vão continuar a observar o que os pais delas fazem para que o casamento deles continue sendo importante.

Essas ocasiões, em que coloco minha esposa em primeiro lugar, incutem em meus filhos o fato incontestável de que o casamento é importante e que os casais precisam dessas escapadas. Minhas ações comunicam que, por mais que eu ame meus filhos, a menina de meus olhos foi e sempre será minha esposa adorável. Sande é a mulher que prendeu minha atenção antes da aurora dos tempos (na visão de meus filhos) e será aquela que vai caminhar ao meu lado quando meus filhos estiverem cultivando a própria família.

Isso não significa, é claro, que sair para uma escapada romântica é fácil. Se você já deixou um

filho para trás durante um fim de semana, provavelmente pode se identificar com a experiência a seguir.

A primeira noite é como se vocês estivessem correndo por um campo de flores silvestres, com uma luz suave. Não dá para acreditar. Vocês dois comem em um restaurante em que as palavras “refeição *kids*” não estão incluídas no final de cada prato, e a conversa no jantar quebra a barreira do som em palavras de três sílabas. Esperar pela comida na verdade é parte da experiência, não o período de gestação de um tumulto no carro.

Mais tarde naquela noite, você tem uma relação sexual maravilhosa, sem medo de que os representantes dos Munchkins da Liga do Pirulito[2] batam à sua porta ou escutem uma respiração ofegante ou suspiros.

No segundo dia, a mente rejuvenescida começa a fazer o caminho de volta para a rota compartilhada da família.

— São 11h30. A vovó deve estar pegando o

Amendoinzinho na escola.

— É, eu queria saber o que ela fez hoje.

— Bem, está começando a Semana da Letra T. Era para a sra. Tibert levar a tarântula de estimação de Jamie esta manhã.

— A letra T, é? — você ruma. — Sempre foi uma das minhas letras favoritas.

No terceiro dia, você mal pode esperar para escapar de sua escapada e abraçar seus filhos.

Passar um tempo juntos — só você e seu cônjuge — é uma faceta vital na criação de filhos. Não, não é sempre que vocês podem ir sozinhos para um *bed-and-breakfast*, mas é bom ter tempo juntos, mesmo se for só colocar seus filhos na cama cedo para que vocês dois possam colocar a conversa em dia. Mike Mason, em seu livro *O mistério do casamento*, descreve as exigências de um relacionamento conjugal como “um motor grande, poderoso e brilhante de oito cilindros que tem de ser mantido constantemente na estrada”.[\[3\]](#) Se vocês dois estiverem conectados pelo coração, pela visão e pelo

objetivo, seu lar se tornará um ambiente estável, amoroso, que oferece segurança e senso de pertencimento a seus filhos.

Sem dúvida, um casamento exige uma quantidade incrível de tempo e energia, especialmente se você tem um, dois ou dez fedelhos para tomar conta. No entanto, vale a pena dar a atenção que ele requer. Do contrário, vai descobrir que você e seu cônjuge, assim como o resto da família, estão correndo cada vez mais rápido na rodinha, sem nunca se conectar uns aos outros. E, quando os casais perdem a conexão, geralmente perdem o casamento. Você quer ter de enfrentar isso mais adiante? Quando seus filhos saírem de casa para a faculdade ou para um apartamento próprio, você não gostaria de ainda conhecer seu cônjuge e se divertir com ele? Não gostaria de poder estar conectado com mais do que fraldas, quem vai levar e o que tem para o jantar?

Esses momentos juntos não precisam ser caros. Na verdade, não precisam custar nada. Faça uma

caminhada em um bairro diferente, conversando sobre as casas de que gostam ou não e imaginando como vocês serão algum dia. Tire o pó do jogo de palavras-cruzadas ou assista a um filme clássico que os dois adoram.

Conectar-se com seu cônjuge é mudar o ritmo e as prioridades da vida.

E uma dessas prioridades é garantir que você está colocando a pessoa certa no centro de sua vida e de seu coração.

QUEM ESTÁ NO CENTRO DO SISTEMA SOLAR DE SUA FAMÍLIA?

A ideia de Nicolau Copérnico foi simples, mas revolucionária. O Sol, não a Terra, fica no centro de nossos sistema solar.

Hoje, nenhuma pessoa racional contestaria isso. Na época, porém, a ideia de Copérnico chacoalhou o mundo científica e teologicamente. As pessoas assumiam que tudo girava em torno da Terra, uma visão que parecia se encaixar tanto nos dados científicos como nas crenças religiosas daquele

tempo. Os seres humanos estavam, é claro, no centro de tudo.

Muitos pais hoje vivem sob a mesma ilusão. Eles acham que acreditar no filho significa torná-lo o centro da família.

A princípio, isso pode parecer a coisa correta e amorosa a fazer. Afinal, quando essa criança entra em sua família, ela parece tão indefesa. Não consegue trocar a própria fralda, não consegue comer sem você e só se sente confortado em seus braços. Em resumo, ela precisa de todo o seu tempo e energia... Não é?

Porém, fazer de seu filho, não importa a idade, o centro de sua família — colocando talvez o relacionamento com seu cônjuge em compasso de espera por dezoito anos — é encrenca.

Um *filho centrado na família* em vez de uma *família centrada no filho* produz uma pessoa mais generosa. Se você concentrar tudo em torno para dar a Disneylândia a seu filho, estará criando uma criança que se preocupa com os outros ou uma

criança que acha que tudo “sou eu” e é melhor “me dar” tudo que eu quiser?

A resposta é óbvia. Você quer comunicar que está ali para seu filho. Mas não quer ir longe demais e transmitir que está ali *apenas* para seu filho.

Felizmente, Deus criou outra instituição na família que naturalmente equilibra isso.

Ela é chamada de *casamento*.

O PODER DO CASAL

Uma das melhores maneiras de cuidar de seu filho é cuidar de seu relacionamento conjugal. Isso produz o que chamo de “poder do casal”, e é um fator de estabilização maravilhoso na vida das crianças. Se você não desenvolve e protege esse padrão logo cedo, depois de dezoito anos estará olhando para o outro lado da mesa do restaurante e tentando se lembrar do nome do meio de seu cônjuge.

Se você está apenas começando a jornada de pai ou mãe, comece a desenvolver alguns bons hábitos agora mesmo. Nas primeiras semanas, quando esse

bebezinho ainda está se acostumando a navegar no mundo fora do útero e seu fluido amniótico confortável, deixe a criança sozinha com um parente de confiança ou um amigo por algumas horas para que você e seu cônjuge possam ter uma noite sozinhos, sem fraldas nem golfadas.

“Dr. Leman”, você pode estar pensando, “como você pode ser tão insensível? Esse recém-nascido indefeso precisa de seus pais!”.

Preste atenção. Esse passeio faz três coisas:

1. Transmite uma mensagem gentil ao Amendoinzinho; em outras palavras, que o tempo juntos de papai e mamãe é importante. Isso diz: “Por mais que o amemos, você não é o centro do Universo; tudo não gira a sua volta”.
2. Estabelece um padrão de desenvolvimento e manutenção do poder do casal, que faz que a intimidade cresça em seu relacionamento.

3. Permite que seu Amendoinzinho perceba o amor entre você e seu cônjuge. Quando vocês dois permanecem claramente juntos, seu filho ganha a confiança de que seu lar é um local estável.

Na primeira vez que você deixar seu filho para trás, ele provavelmente vai surtar. As vozes em volta dele mudam, o peito em que ele se encosta parece diferente, e o serviço pode ser um pouco lento quando ele fizer seu pedido de leite.

Mas em algumas horas ele vai descobrir que sua preocupação era alarme falso, quando você voltar para a família, mais forte do que nunca, para amá-lo.

Se você estabelecer um padrão de tempo fora para mamãe e papai logo de início, duas coisas vão acontecer: 1) Você terá mais probabilidade de preservar esse hábito. 2) Júlio e Vanessa vão aceitar

isso como parte da rotina da família. (Lembra-se do que dissemos sobre crianças e rotina? Sobre como a rotina dá às crianças uma sensação de segurança e pertencimento?) Não haverá nenhuma discussão quando mamãe e papai se aprontarem para sair pela porta.

Mamãe e papai conseguem a pausa de que precisam e chegam em casa sorridentes e mais capazes de dar amor incondicional e compreensão às crianças.

Mais uma vez, não pense que seus filhos não estão observando. Mesmo que sua filha de 13 anos diga: “Eca, isso é nojento!” quando você dá um beijo real em sua esposa em vez de um beijinho mecânico na bochecha, sua filha toma nota disso. “Então é assim que você trata a mulher que ama, é? Ah, preciso ter isso em mente quando começar a namorar”.

INTIMIDADE: A JOIA INESTIMÁVEL

Pegue um casamento perfeito, daqueles de

fotografia. Acrescente um segundo emprego depois do primeiro para manter o estilo de vida que escolheu; embrulhe tudo isso na esperança de uma promoção.

No caso dela, tempere livremente com compromissos de ajuda em projetos de aula, serviços como líder comunitária e talvez canto no coral; no caso dele, faça um refogado com seu trabalho como técnico de um time de futebol que viaja com frequência, mais fins de semana regulares pescando com os amigos. Acrescente um filho ou dois, com três entre quatro atividades cada. Agite bem.

Para qualquer família, essa é uma receita perigosa de alienação, porque, com todo esse tempo dedicado a correr na rodinha de atividades, não há tempo para parar e criar laços familiares.

Pergunte aos pais que vivem nesse cenário sobre o relacionamento deles. Pergunte se ao menos eles têm tempo de sair juntos. Se forem honestos, a tendência é que você receba uma resposta frequente:

“Não, mas, se saíssemos, temo que não teríamos o que conversar”.

Intimidade é uma joia de valor inestimável. Não pode ser comprada por nenhuma quantia; apenas pode ser dada gratuitamente. Colocando de outra forma, é como uma rosa. Você não consegue forçar a intimidade em um relacionamento, assim como não pode forçar um botão a desabrochar. Intimidade exige tempo; não há uma maneira rápida de desenvolvê-la. E, quando começamos a colocar atividades ou a busca por estilos de vida opulentos acima dos relacionamentos, a família inteira sofre.

Isso porque a intimidade é a base de sua família. Se seu casamento vai pelo acostamento, seus filhos perdem a estabilidade da qual dependem, o senso de pertencimento que os faz prosperar e a sensação de segurança que os alimenta.

A intimidade conjugal não é construída apenas por grandes gestos, como uma viagem ocasional de fim de semana. Você também precisa espalhar constante afirmação. O silêncio não é de ouro para

os ouvidos da intimidade. Muitos cônjuges vão procurar palavras e gestos de afeto de outros quando não conseguem tê-los em casa.

Se você está ocupado demais, correndo para lá e para cá com as crianças e fazendo malabarismo com tantas atribuições, talvez não esteja sendo intencionalmente cruel com seu cônjuge. Mas é provável que esteja sendo negligente. Uma noite dessas você irá para a cama e pensará consigo: “Quando foi a última vez que fizemos amor?”.

Deixe-me lhe dizer a regra de Leman para isso: se você não consegue se lembrar da última vez, *faz tempo demais!*



Namoro 24 horas +

A capacidade de criar filhos saudáveis, bem equilibrados, depende de sua capacidade de dar apoio, ter tempo e afirmar seu cônjuge. É da força

da intimidade que seus filhos obtêm a segurança e a base sólida que vai fortalecê-los para a vida toda.

UMA LIÇÃO PARA A VIDA TODA

Que tipo de vida você quer que seus filhos vivam um dia, quando tiverem a própria família? Você quer que sua filha tenha filhos felizes, saudáveis, que saibam que ela está envolvida na vida deles? Ou prefere que ela seja uma viciada em trabalho, que vê as crianças como detalhes irrelevantes com os quais é preciso lidar em meio a uma agenda lotada?

Como seus filhos vão agir no futuro com a própria família começa aqui e agora, em sua casa.

Por que não viver a vida que você quer para seus filhos?

Você quer que ela lentamente se distancie do marido, até que os dois não tenham mais nada em comum, e um deles finalmente tenha um caso? Ou quer que o relacionamento deles se torne cada vez mais profundo e significativo conforme os anos passam?

Quando levo Sande para longe de nossos filhos por um fim de semana, estou dando a nossas duas filhas mais novas uma lição para a vida toda: o marido deve tratar sua esposa com carinho e romantismo. E adivinhe? Quando um sujeito qualquer tentar tratar uma de minhas filhas como lixo, o primeiro pensamento delas será: “O quê? Isso não é jeito de um homem tratar as mulheres! Lembro-me de como papai cuidava da mamãe. É isso que eu quero”. Então o cara vai ouvir: “Caia fora!”.

Viu como funciona? Se você e seu cônjuge reservam tempo um para o outro, criam o padrão de um relacionamento para a vida toda para seus filhos em seus próprios relacionamentos românticos. Isso significa sair e tirar a sua família da rodinha de atividades e ter tempo para o seu cônjuge.

Manter um ao outro em primeiro lugar em seu coração e afeto produzirá recompensas para todos na família.

Meu objetivo para todos os nossos filhos é:

espero que, no dia em que eu morrer, cada um deles diga: “Secretamente, sempre achei que meu pai me amava mais, mas também sempre soube que ele amava mamãe mais ainda”.

ESPECIALMENTE PARA PAIS E MÃES SOLTEIROS

Se você é mãe ou pai solteiro, provavelmente está revirando os olhos para tudo que acabei de escrever neste capítulo. Afinal, as circunstâncias de sua vida roubaram de você a possibilidade de colocar seu cônjuge em primeiro lugar, porque você não tem um.

Esse é um momento muito perigoso. Por que digo isso? Se você é solteiro, pode se sentir tentado a convencer-se de que deve encontrar alguém para se casar porque precisa de um cônjuge e seu filho precisa de mãe ou pai.

Não vá por aí. Muitos pais solteiros rendem-se à *necessidade*, não ao *amor*, e acabam indo de um relacionamento ruim para outro.

É por isso que sempre recomendo que pais

solteiros se concentrem em criar seus filhos até que eles atinjam a maioridade. Depois, se a vida tiver de incluir um casamento, você estará mais apto a se casar pelos motivos certos em vez de ceder à pressão da necessidade de encontrar um marido ou esposa. Se você é pai solteiro em função do divórcio, provavelmente se arrependeu de sua escolha da primeira vez. Então por que correr para outro casamento?

Não estou baixando uma regra rígida aqui: “De forma alguma, case-se de novo até que seu último filho saia de casa”. Apenas ofereço isso como precaução.

Se realmente escolher namorar, mantenha seus filhos distantes do homem ou mulher com quem você está se encontrando até ter certeza de que esse relacionamento é permanente (não apenas baseado em sentimentos, mas em uma proposta real, com aliança e data de casamento). Lute contra a urgência de incluir seus filhos em algumas situações sociais “para ver como eles se relacionam”. Seus filhos não

são cobaias para ser testados. Muitas crianças são lançadas de lá para cá como ioiôs enquanto seus pais solteiros namoram. O que uma criança pensa disso? “Já sei o que vai acontecer. Naquela semana era aquele cara; agora, um mês depois, é outro cara. Nada mais é seguro...”.

Tenha em mente que um relacionamento de dezoito meses, seguido seis meses depois por um de um ano, seguido nove meses depois por um relacionamento de dois anos pode parecer “estável” para um adulto, mas para uma criança é como ter um novo pai ou uma nova mãe toda vez que vira a esquina. Adolescentes, em particular, não vão ficar muito animados com o fluxo de tráfego entrando e saindo pela sua porta da frente, ou em assistir mamãe ou papai sendo rejeitados por namorados potenciais.

VOCÊ PODE MANTER UMA INFLUÊNCIA POSITIVA,
MESMO QUE SEU EX NÃO SEJA!

Talvez você tenha recorrido ao divórcio porque seu ex-cônjuge era uma influência negativa para seu

filho. E talvez esteja muito infeliz porque o tribunal deu ao outro o direito de ficar com os filhos nos fins de semana, e você sabe como fica o ambiente sem a sua influência.

Mas preste atenção: se o juizado decidiu que seu ex tem direito a visita ou guarda compartilhada, não há o que realmente possa ser feito a respeito. Se você está criando seu filho com uma atitude voltada para a família, apesar dos momentos difíceis e do consequente divórcio, é preciso confiar que, em pouco tempo, seu filho verá a diferença entre sua casa e a de seu ex-cônjuge.

Você pode ser tentada a falar mal do ex quando seu filho voltar de um fim de semana na casa dele; pode ser tentada a reclamar da última visita ao clube da Namorada do Mês; pode ser tentada a usar seu filho para espioná-lo (“O que seu pai estava fazendo? E *ela* estava lá?”). Mas, se fizer isso, está procurando encrência em seu relacionamento com seu filho.

Não use as crianças para resolver suas próprias

questões com seu ex-cônjuge. Ele realmente pode ser uma maçã podre, e sua filha pode se sentir como você. Mas essa mente impressionável de 10 anos vai começar a defendê-lo, transformando-o no pai que ela gostaria que ele fosse. Ela também quer que ele seja diferente, mas, se você tentar destruir a imagem do que sua filha espera que ele possa ser, ela vai começar a sustentar fantasias difíceis de desmanchar. Isso acontece porque, no fundo do coração, toda criança quer pensar o melhor da mamãe e do papai.

A maioria das crianças percebe, no fim das contas, quem está envolvido na vida delas, quem aparece nas peças da escola e quem está aberto para ouvir e conversar. Ao longo dos anos, seu filho ou filha muito provavelmente verão a diferença no modo como você vive sua vida e como seu ex-cônjuge vive a dele. Forçar a barra fará o tiro sair pela culatra.

Mesmo que você sinta que não pode dar a seu filho tudo que ele precisa, ele terá o mais

importante: sua afirmação e seu amor incondicional. É aí que começa o amor próprio dele e, com sua ajuda, pode continuar a se desenvolver.

Não ter pai e mãe em casa pode colocar uma criança um passo atrás, mas não vai necessariamente impedir seu sucesso na construção de um lar e um ambiente centrados na família, se vocês trabalharem *juntos*.

Filhos oriundos de lares com apenas pai ou mãe já se tornaram grandes escritores, fundadores de grandes companhias e até presidente dos Estados Unidos. E, tão importante quanto isso, muitos se tornaram pais produtivos e protetores, porque um de seus pais colocou o foco no lugar certo — nos filhos em seus anos de desenvolvimento. Agora esses filhos oferecem o mesmo foco amoroso e a mesma atenção a suas próprias famílias.

Você *pode* vencer as adversidades! Sua influência positiva pode fazer um mundo de diferença no mundo de seu filho pequeno. E isso é algo pelo qual vale a pena trabalhar, porque esse tipo de legado

continua rendendo frutos de geração em geração.

Boa pergunta!

Para casais: em que medida você e seu cônjuge fazem do outro sua primeira prioridade, acima de seus filhos?

Para pais solteiros: como você pode apoiar e encorajar seu filho sem tentar ser mãe e pai ao mesmo tempo?

Qual é a ordem de importância?

Responda a este pequeno questionário para ver se sua casa é centrada na família — ou nos filhos.

- A última vez que meu cônjuge e eu saímos sozinhos foi...

___ Sexta-feira passada.

___ Xi, não sei. Antes de casar?

- O que você faria se seu filho quisesse ir a algum lugar, mas seu marido fosse chegar

daqui a dez minutos?

___ Correria para levar seu filho à casa do amigo, esperando conseguir voltar para casa em cerca de trinta minutos antes de seu assado queimar.

___ Diria: “Não, o papai vai chegar em casa logo. Então você vai ter de esperar outro dia para que possamos planejar essa atividade”.

- Seu adolescente anuncia que precisa do carro da família na sexta-feira para pegar os amigos e ir à pizzaria e ao cinema. Como você reage?

___ Suspira enquanto entrega as chaves do carro, mesmo que o outro carro esteja na oficina e seu marido esteja pegando uma carona com um colega de trabalho para que vocês dois possam ir a um concerto.

___ Diz: “Sinto muito, querido, mas hoje não dá. Seu pai e eu já temos planos”.

Para pais solteiros:

- A última vez que eu tive um tempo para mim foi...

___ Quando tomei um banho de banheira — em março passado.

___ Há duas semanas, quando fui assistir a um filme com algumas amigas.

- Se você tivesse apenas 100 reais entre hoje e seu pagamento na sexta-feira, o que faria?

___ Compraria para sua filha o novo *jeans* de grife que ela insiste que precisa ter, já que “todo mundo tem”, e tomaria sopa no almoço pelos próximos cinco dias para poder pagar a conta de luz.

___ Diria a sua filha: “Sei que você quer esse *jeans*, que é bem legal. Mas ele não está no orçamento agora. Se realmente quiser comprá-lo, a sra. Cassia quer ajuda para tirar

os matinhos do jardim, já que ela quebrou o pé. Ela me disse que lhe pagaria 10 reais por hora se você fizer o trabalho. Isso ajudaria bastante a pagar o *jeans*. Por que você não liga para ela?”

- Seu ex compra para seu filho o *game* mais moderno e mais incrível. O problema é que você não tem um computador com a placa gráfica certa. O que você faz?

___ Corre para a loja para que seu querubim possa usar imediatamente o novo jogo, já que ele a está deixando louca de tanto implorar.

___ Liga para o ex e diz: “Foi legal você ter comprado esse jogo novo para o Dani. Mas ele não roda no nosso computador. Então, ou você pega o jogo de volta ou compra uma placa atualizada. Vou deixar a seu critério”.

Viva o tempo ocioso

Ideias criativas para encontrá-lo — e usá-lo a seu favor.

Eu estava ocupado cortando a grama quando Lauren, de 6 anos, chegou até mim e interrompeu minha obra-prima no quintal.

— Papai?

— Sim, querida.

— Estou entediada.

— É mesmo?

— É.

— Entediada mesmo, *no duro*?

— É. Estou entediada mesmo, de verdade, *no duro*.

— Uau. Vai ser divertido ver o que você vai fazer para sair dessa.

Minha filha olhou para mim como se três narizes

e duas orelhas extras tivessem surgido.

Mas eu soube me expressar, e até uma menina de 6 anos entendeu.

Na minha casa, quando eu era criança, se ousasse dizer que estava entediado, alguém me entregaria um pano de pó ou me diria que havia uma pia cheia de pratos que poderiam ajudar a acabar com meu tédio.

Então, quando Lauren disse que estava entediada, eu não “me sacrifiquei”, deixando minha máquina no meio do jardim e correndo para o armário para pegar papel, tesoura e cola. Eu simplesmente sorri e acrescentei:

— Querida, você pode ficar entediada o dia inteiro se quiser. Quando terminar de ficar entediada, bem-vinda à vida; é ótimo!

Pais, vocês não são o diretor de recreação da família. Não é trabalho seu zelar para que os pequenos Júnior ou Clara estejam ocupados e felizes a todo instante. Se as crianças quiserem ficar entediadas, que fiquem! Se elas ficarem entediadas

por tempo suficiente, se tornarão criativas e pensarão em alguma coisa para fazer. (Mas talvez seja boa ideia ficar de olho no que é essa “alguma coisa”!)

Sair da rodinha de atividades vai gerar tempo ocioso. Para os pais ocupados, tempo ocioso pode ser o Santo Graal, mas para os filhos pode parecer uma tortura. Afinal, se eles estavam acostumados com você correndo com eles de atividade em atividade, não foram ensinados a se divertir sozinhos.

Você precisa ser muito, muito cuidadoso para lidar com o que vem depois do discurso do “estou tão entediado”.

Uma das principais tentações depois de sair da rodinha pode ser substituir as atividades *fora* de casa por atividades *dentro* de casa. Uma vez que deu um passo atrás e abriu espaço na agenda de sua família, a questão que precisa enfrentar é: você vai manter o horário livre para interação espontânea da família, ou vai correr para preencher o vazio?

“Ai, ai, acho que agora vou ter de aprender como fazer massinha de modelar em casa e organizar alguns jogos, já que as crianças não vão mais brincar no berçário”.

“Ah, acho que poderíamos reorganizar a garagem toda para que Mateus possa ensaiar sua bateria lá... Talvez pudéssemos comprar uma bateria nova, para preencher o vazio, já que ele não está mais ensaiando com os amigos duas noites por semana.

Pode parar por aí. Uma das melhores coisas que você pode fazer com as horas que ganhar saindo da rodinha de exercício é... *Nada!*

Sim, você leu corretamente.

DÊ A ELES ESPAÇO PARA RESPIRAR!

Viver não significa andar o tempo todo de um lugar para o outro. Se você quer filhos que valorizem o lar e as pessoas que vivem nele, deve permitir um tempo ocioso, de modo que sua família não fique estressada a cada instante. “Um estudo da Universidade de Michigan quantificou o déficit de

tempo ocioso; nos últimos vinte anos, as crianças norte-americanas perderam cerca de quatro horas sem planejamento por semana.”[1]

Abrir a agenda de sua família — e *deixar* espaço aberto nela — dá a seu filho o tempo de que ele precisa para formar sua autoconsciência e identidade.

Tempo ocioso não significa tempo “livre”. Quando o telefone toca e alguém pede para você ser voluntária, não ter nada agendado não significa que deva se sentir culpada por dizer não. Sua família precisa de tempo sem nada marcado; proteja isso tanto quanto protegeria qualquer outro evento.

Isso vale mesmo se você não tiver planejado nada além de deixar espaço para o que aparecer na sua família. Necessidades sempre surgem em casa — ajuda com a lição, idas à papelaria para comprar suprimentos para a escola, conversas sobre por que certo programa de televisão não é saudável.

Abra espaço e tempo para o que é realmente importante: desenvolver os relacionamentos

familiares.

É HORA DE PEDIR TEMPO?

Todo mundo precisa de tempo ocioso. Não só as crianças pequenas, desesperadas por um descanso à tarde, apesar dos protestos. “Sei que é hora de um descanso quando Max começa a chupar o dedo”, disse a mãe de um menino de 11 meses. “Não significa necessariamente que ele esteja com sono; ele pode simplesmente querer ir para seu berço e ficar à toa.”[2]

Como você percebe que seu filho precisa de mais tempo ocioso? Procure sinais de exaustão. Se vocês saírem de carro, ele dorme antes de andar meio quilômetro? Ele cai de cara no purê de batatas no jantar?

A fadiga é parte natural do crescimento. E as crianças se cansam com mais facilidade conforme o corpo se desenvolve e elas se ajustam a transições na escola e em todos os outros lugares. Só porque sua filha precisa dormir mais quando começa a se

desenvolver fisicamente, para logo virar uma senhorita aos 12 anos, não significa que ela seja preguiçosa. Significa que o corpo dela precisa de um descanso extra. Mas o trabalho dela na escola está decaindo, já que costumava estar totalmente em dia? Ela parece mais apática e menos falante do que de costume? Ela diz coisas como: “Eu só queria desistir!”? Se você ouvir ou vir sinais como esses, pare e avalie se sua filha está sobrecarregada.

Dê uma olhada na agenda de seu filho. É contínua? Não deveria ser. Algumas pessoas defendem um ano inteiro de escola, por exemplo, mas sou um tradicionalista que acredita que as crianças precisam de um verão de folga só para ser crianças. Quando eu era pequeno, meus amigos e eu construíamos uma jangada no riacho perto da minha casa todo verão; e todo verão, sem falta, nossa jangada afundava. Nenhum de nós se tornou engenheiro (felizmente!), mas a tentativa foi importante para nós. Inventávamos jogos, organizávamos nossos próprios concursos e eventos

na vizinhança. A iniciativa que aprendemos com essas atividades foi incalculável.

As crianças de hoje têm a vida tão cheia de horários e atividades organizadas, praticamente sem nenhuma tarde ou noite livre, que muitas perderam a capacidade de sair e construir um barquinho ou fazer uma “torta” com folhas de árvore, dentes-de-leão e lama. Isso é triste, porque é uma parte infinitamente importante de ser criança.

A maneira de sair da rodinha e melhorar a criatividade de seus filhos em coisas simples novamente é insistir em uma agenda na qual essas atividades se tornem possíveis.

Quando você coloca o tempo ocioso na agenda, seus filhos podem se lamentar, reclamar e ficar largados por alguns dias. Mas no final, se você monitorar os *video games*, o horário do computador e a televisão, eles vão redescobrir a glória de ser crianças com um dia vazio à frente deles.

O que é melhor do que um dia chutando folhas de outono? Ou construindo um forte com cadeiras

de plástico do terraço? Ou encontrando pedaços de pau suficientes para fazer uma cabana de índio no quintal? Ou descobrindo uma rã embaixo dos degraus da frente de sua casa?

A infância deveria ser feita dessas coisas, não de “programas” ininterruptos que embotam a criatividade e tentam empurrar à força todas as crianças para dentro de caixas tamanho único.

MELHOR QUE UM DVD

“Mas tempo ocioso não leva a um desenvolvimento fraco?”, você poderia perguntar. “As crianças não precisam do estímulo que obtêm das atividades, e jogos, e DVDs, e TV?” Você pode se surpreender com a resposta.

Uma mãe se lembra com carinho das muitas vezes que acordou com seu filho de 18 meses sentado sobre ela, usando seu corpo como autoestrada para os carrinhos Hot Wheels. Ele tinha a casa inteira para brincar, mas uma estrada que ele pensou que seria *realmente* divertida para passear

seria a que leva, literalmente, ao coração de sua mãe!

Muitos pais compram todo tipo de jogos para seus filhos na tentativa de estimular o desenvolvimento deles. Mas, se você observar seu bebê de perto, os olhos dele basicamente a seguem enquanto você se movimenta de um lugar da cozinha para o outro. Seu filho conhece sua voz; ele está sintonizado em *você*. A segurança de um bebê vem dos laços com seus pais — de saber que eles o amam e vão corresponder a suas necessidades. *Você* é a pessoa que mais estimula seu filho.

A melhor coisa para seu filho pequeno, mais do que brinquedos educativos ou vídeos, é uma atmosfera tranquila na qual você pode conversar e cantar para ele, segurá-lo e ler aqueles livros de pano (que também fazem as vezes de aperitivo para os bebês), enquanto aponta as figuras dos balões coloridos, do homem e da vaca.

Essa é uma área em que eu honestamente acredito que os pais com menos dinheiro levam

vantagem. Como não podem comprar programas de computador, jogos caros e celulares, ou TV a cabo, talvez achem que seus filhos são desprovidos. Mas todo bebê vai preferir a mamãe ou o papai (ou, melhor ainda, ambos) ativos, que andam e respiram, a qualquer brinquedo já inventado.

O *pior* negócio que você poderia fazer seria afastar ambos os pais de casa e mandá-los trabalhar para que seu filho ou filha possa ter alguns brinquedos a mais. A melhor estimulação é, e sempre será, *você*.

“MÃE, NÃO TEM NADA PRA FAZER!”

Ser o principal estímulo de seu filho significa que você deve servir como coordenador de atividades 24 horas por dia, 7 dias por semana? Não. Você não é o único estímulo. Às vezes você até deve deixar seus filhos crescerem a partir do tédio.

Lembro-me de ter passado por isso quando tinha 5 anos. Eu estava jogado na cama “fazendo nada”. Suponho que poderia estar lá fora brincando,

ajudando mamãe na cozinha ou fazendo um monte de outras coisas. Mas estava entediado como se fica no meio do verão, como só uma criança presa entre a emoção do fim da escola e a expectativa do recomeço das aulas pode ficar.

Enquanto estava ali deitado, ouvi um zumbido fraco, que mal se escutava, bem distante. Permaneci imóvel enquanto o zumbido aumentava de volume, lentamente, como um mosquito tomando coragem. Conforme o som aumentava, reconheci um pequeno avião, de um motor só, voando pelo céu. De alguma forma aquele som cativou minha imaginação de tal maneira que aqueles minutos ficaram em minha memória como uma fotografia apreciada.

Em meu livro *O que as lembranças de infância revelam sobre você*, escrevi sobre como nossas primeiras lembranças oferecem pistas de quem somos: nossos amores, nossas aversões, nossa personalidade. Lá atrás eu devo ter tido uma noção de como seria bom viajar. O zumbido do motor do avião deve ter disparado algo em mim que me

carregou para além das paredes de meu quarto.

Quando eu era garoto, minha família não viajava muito. Tirávamos duas férias — uma durava uma semana, outra durava um fim de semana — e ambas eram visitas ao mesmo lago no oeste de Nova York, onde minha família ainda passa férias até hoje. Entretanto, o som daquele motor de avião deve ter despertado algo que era parte de mim o tempo todo: uma sensação de aventura, o desejo de ver novos lugares e conhecer novas pessoas.

Tédio não é algo intrinsecamente ruim. Não é um monstro do qual se defender com um arsenal de CDs, DVDs e *video games* Xbox. Dê a sua agenda um pouquinho de espaço para respirar, e o tédio entrará como uma névoa — com resultados potencialmente úteis.

O tédio coloca as crianças em contato com a realidade. Permite que elas saibam que o mundo geralmente não é um circo com três picadeiros, todos preparados para entretê-las.

Lembra-se de Lauren, que estava tão entediada?

Até hoje ela provavelmente é a mais independente de nossos filhos, pronta a se distrair sozinha.

Nosso trabalho como pai ou mãe nunca é divertir nossos filhos. Mesmo que fosse, não somos capazes de satisfazer o apetite de uma criança pelas atividades mais modernas, mais divertidas. Talvez porque muitas mães e muitos pais de hoje se sentem desconfortáveis com o “aparelho fora do ar”; eles têm a necessidade de preencher esse vazio com alguma coisa — *qualquer coisa*. Mas, assim que faz isso, voluntariamente você entra e coloca a sua família de novo na rodinha de atividades.

Entediado não é palavrão. Um desenvolvimento crucial acontece nesse vazio “entediado”, tanto para a criança como para o adulto. Esse silêncio permite que entremos em contato com o que está acontecendo dentro de nós: nossa busca por significado, identidade e respostas para questões não resolvidas; nossas frustrações; nossas dores e nosso direcionamento futuro. Ao reservarmos um tempo para sentar em silêncio, ponderando sobre questões

e enfrentando dúvidas e medos, crescemos emocional e espiritualmente.

Esse tempo ocioso permite às crianças a chance de colocar as coisas em ordem, de processar a vida ao redor delas. Elas podem contemplar um raio de sol entrando pela janela e a poeira que dança no ar, perguntar-se sobre o mundo natural e considerar questões mais profundas como “No que sou realmente bom?”, “O que vai acontecer quando eu crescer?” ou “Será que vou me casar?”.

O sonho ativado por meu tédio no meio daquele dia de verão quando eu tinha 5 anos — o sonho de viajar — se tornou realidade. Agora eu me vejo com frequência em aviões ou dirigindo por autoestradas em carros alugados, enquanto atendo aos compromissos de falar em conferências ou regresso desses eventos. Não tenho horror a esse tempo sozinho; pelo contrário, gosto muito porque me dá uma chance para pensar. Em casa eu saboreio os dias em que posso simplesmente ficar à toa, passando pelos poucos itens de minha lista sem

pressa, porque um dia vazio está se estendendo diante de mim. Dias relaxados são uma iguaria rara, e os considero verdadeiros presentes.

Você deveria fazer o mesmo.

FAZENDO COISAS DO NADA

“Em nossos esforços para produzir crianças renascentistas, que são competitivas em todas as áreas”, disse a dra. Diane Ehrensaft, psicóloga clínica e do desenvolvimento e professora no Wright Institute de Berkeley, “nós esmagamos a criatividade”.[\[3\]](#) É irônico, não é, que os mesmos padrões que forçam as crianças a ser bem-sucedidas podem falhar em uma das áreas que mais importam — a criatividade?

Para desenvolver a criatividade, sua família precisa de tempo ocioso. Você deve praticar a fina (e geralmente tediosa) arte de se sentar sem fazer nada. A criatividade, afinal, é a arte de fazer algo do nada. Quer uma página vazia quer uma tela em branco, nada — o fantasma favorito do tédio — é o começo

de qualquer esforço criativo.

As crianças precisam de tempo para atingir esse ápice do tédio e então combatê-lo com criatividade. Assistir a um filme e jogar Nintendo podem tocar a imaginação, mas não é a mesma coisa que *criar* algo da imaginação. Um dia seu filho estará rascunhando um plano de negócios do zero, planejando um novo currículo de aulas para seus alunos ou trabalhando em um programa de televisão, como meu filho Kevin II. Deixar seus filhos passarem um aperto no tédio para chegarem a algo com o qual eles podem se entusiasmar é um bom treino.

O que seu filho fará com o tempo ocioso? Crianças na pré-escola podem usar uma pilha de cobertores e cadeiras para construir túneis; adolescentes podem montar barracas de limonada, organizar festas à fantasia na vizinhança, publicar um jornal ou encenar peças para pais e amigos. Dê a seu filho uma pilha de restos de madeira para construir um forte no quintal, os ingredientes para preparar biscoitos com pedacinhos de chocolate ou,

se ele já tiver idade suficiente, uma câmera de vídeo para que ele saia e faça seu próprio filme.

Criatividade pode ser uma perspectiva confusa. Ouvi de um menino que estava dando instruções do outro lado do jardim para seu amigo que segurava uma mangueira. “Não é assim!”, gritou ele. “Você primeiro fica molhado e *depois* rola na terra!” Só uma criança apareceria com a melhor receita para que a lama grudasse nas roupas.

Quando eu era pequeno, esse tipo de brincadeira com amigos era parte essencial da vida. Não tínhamos grandes apetrechos — enrolávamos fita isolante para fazer bolas de beisebol, imagine só. Produzíamos peças, formávamos um circo e promovíamos jogos de atletismo. Chagamos a organizar uma liga de beisebol para os garotos de nossa rua jogarem contra os garotos da rua vizinha. Durou apenas dois jogos ao longo de uma semana, mas o fato é que *nós* criamos algo.

As crianças nem sempre precisam de atividades organizadas. Elas precisam de tempo não

organizado, ocioso — com a TV desligada, ao lado de papai e mamãe, lendo um livro ou trabalhando juntos em um projeto.

As crianças precisam de tempo para ser criativas. Como disse Leonardo Da Vinci, “Homens geniais fazem mais quando trabalham menos”.

Diga a eles, Leo!

INDEPENDÊNCIA: IR SOZINHO

Aos 10 anos, eu tinha minha própria plantação comercial onde cultivava frutas e vegetais, os quais eu vendia em uma barraca na rua para ganhar uns centavos extras. Framboesas vermelhas custavam 60 centavos o quarto de galão; meus tomates plantados em casa custavam apenas 50 centavos o quarto!

Devo confessar que minha produção não era *toda* resultante de meu trabalho árduo. No terreno de uma instituição local, eu realmente encontrei uns arbustos de groselha que ninguém colhia. Todo ano as groselhas murchavam e eram comidas pelos pássaros, então fiz uma adaptação lógica para os

negócios de alguém de 10 anos e as acrescentei ao meu estoque. Nem preciso dizer que minhas despesas no mercado de groselhas eram bem baixas.

O tempo que eu passava em meu “comércio” me ajudou a desenvolver autossuficiência e habilidades para os negócios dos quais me benefico até hoje. Quando um de meus livros é lançado, fico mais entretido pensando em como vendê-lo do que com qualquer outro aspecto do processo. O livro mais bem escrito do mundo não significa muito se ninguém o ler; e como alguém vai pensar em lê-lo se ninguém contar às pessoas sobre ele?

Meus pais me deram uma boa dose de liberdade de movimento, talvez mais do que muitos que vivem na cidade ou em condomínios dariam a seus filhos hoje. Minha mãe gostava de contar a história de como ela acordava e descobria o bilhete que eu havia escrito para ela antes de sair para ir ao bosque, às vezes antes de o sol nascer.

Não se preocupe. Fui até o rio e volto antes da escola.
P.S.: Estou usando roupas quentes.

Viver em um município rural, sem o deslumbramento da vida urbana, provavelmente me ajudou a ser mais independente. Não quero dizer com isso que, se você mora em uma metrópole, deve empacotar suas coisas e se mudar para uma cidadezinha no meio do nada. Entretanto, quanto maior for a cidade em que vive, mais oportunidades vai encontrar para atividades organizadas — às quais você pode ter de resistir a fim de dar a seu filho o tempo ocioso que desenvolve a autossuficiência.

Sei que hoje, em muitos locais que vivemos, esse tipo de liberdade ampla não é possível nem segura. Porém, ao confiar a seu filho um tempo para explorar, brincar e criar dentro dos limites do mundo dele, você comunica: “Acredito em você; sei que pode lidar com essa situação”.

TORNE SIGNIFICATIVO O TEMPO JUNTOS!

— Qual é a boa para hoje? — eu geralmente perguntava a Hannah quando ela era adolescente.

Essa pergunta fez parte de uma conversa que Sande e eu tivemos com Hannah em relação aos planos dela com os amigos para o fim de semana.

— Pai — ela respondeu — são só 19 horas. Antes das 21 horas, nós nem começamos a fazer planos.

É verdade. Às vezes eles não faziam.



Toda família precisa de... +

— Por que você não chama seus amigos para virem para cá? Compramos umas *pizzas*, e vocês podem tomar banho de Jacuzzi — eu sugeri.

— Não — ela disse. — Acho que não vamos fazer isso.

Às 21 horas naquela noite, porém, nossa sala de estar estava cheia de jovens. E eles estavam

comendo *pizza* e se preparando para entrar na Jacuzzi.

Adorávamos receber os amigos de Hannah. Eram todos ótimos garotos. E Sande e eu agradecíamos por eles estarem bem ali, em nossa sala, e não perambulando em qualquer outro lugar. A verdade é que eu preferia ter minha sala cheia de adolescentes barulhentos (costuma parecer uma jaula de macacos no zoológico) a ter uma casa cronicamente silenciosa e meus filhos fora com os amigos.

Quem se importa se sobra uma trilha de migalhas de biscoitos com pedacinhos de chocolate pelo caminho todo até a porta da frente e se o sofá agora tem uma mancha de *pizza*? Se o lar e a família estão em primeiro lugar, isso significa que seu filho deveria passar muito tempo em casa, seja sozinho, seja com um monte de amigos.

DEZ IDEIAS PARA MANTER O CORAÇÃO EM CASA

Como você pode fazer que seus filhos fiquem em seu território doméstico? A seguir, dez pistas

práticas.

1. Festa no Lar, Doce Lar

No aniversário de 11 anos de Lauren, não fomos à pizzaria. Fizemos uma festa na piscina de nossa casa no sábado.

Muitos pais atualmente não querem fazer festas para seus filhos em casa. Eles não querem organizar e montar o evento e com certeza não querem ver bolo de chocolate esmagado no tapete importado.

Mas a verdade é que mesmo que você tenha de limpar marcas de dedo do papel de parede durante alguns dias depois da festa, vai se lembrar da diversão muito tempo depois — junto com outras ocasiões que vocês passaram juntos como família, os altos e baixos da vida, os sacrifícios que fizeram, as alegrias que compartilharam.

E quando aquela pizzaria tiver se transformar em um lava-rápido ou em uma Loja de R\$ 1,99 dez anos depois, sua casa será o lugar para o qual seus

filhos vão adorar voltar. Cada cômodo estará mais cheio de lembranças do que eles poderão relatar.

Do que você quer que seus filhos se lembrem sobre a infância?

Quando Lauren se lembrar de seus aniversários, quero que nossa casa esteja entre essas recordações. Quero que todos os instintos familiares de nossos filhos sejam fortes, de modo que quando eles ficarem adultos voltem sempre para receber mais amor, tempo e atenção.

Isso porque, na minha opinião, *o lar é o local principal em que a vida acontece.*

2. Torne a casa um local de refúgio

Lauren estava sentada ao meu lado enquanto eu assistia a uma reportagem no canal de TV *CNN Headline News* sobre um homem que estava na lista dos mais procurados do FBI por brutalizar pessoas.

— Podemos ver outra coisa? — piou Lauren, que tem o temperamento de uma borboleta.

Notando que o que ela estava ouvindo era um

pouco demais para seus 11 anos, mudei de canal. Ela começou a chorar e enfiou a cabeça em meu peito.

— Qual é o problema? — perguntei.

— Papai, estou com medo — ela disse. — Tenho medo de voar.

Lauren e Hannah estavam a apenas algumas semanas de viajar de avião para a Califórnia para visitar o irmão no fim de semana. Ela estava com medo de que algo pudesse acontecer no caminho.

Você, pai ou mãe, é o cobertor psicológico de seu filho. Para incutir esse senso de segurança, você deve reservar um tempo para confortar seu filho da melhor maneira possível — mesmo que não saiba as palavras certas a dizer.

Em situações assim, delimitar o mundo de seu filho para ele pode ajudar. Para muitas crianças de 11 anos, esse mundo consiste em família, escola, igreja, nos poucos amigos que têm e em seu animal de estimação.

Então eu desfiei a lista. “Mamãe e papai estão

bem”, eu disse. “Seu irmão está bem. Suas irmãs estão bem, nossa casa aqui é segura.” Conversamos mais uma vez sobre como *há* pessoas que podem tentar machucar as outras, mas que nossa família a envolvia de modo seguro.

As crianças precisam da sensação de segurança e estabilidade que vem de saber que papai e mamãe têm um plano.

— É por isso que nós simplesmente não largamos você e a deixamos andar a esmo por Tucson ou pelo *shopping* sozinha — eu disse a Lauren. — Você acha que o papai lhe daria permissão para tomar esse avião se eu não achasse seguro? — perguntei.

— Não — ela respondeu. — Mas me apavora, papai, que Saddam Hussein venha até aqui para nos atacar.

Ela juntou vários pedaços de coisas que ouvira no noticiário. Quando ouviu sobre o ataque dos Estados Unidos a Bagdá, sobre Saddam Hussein em movimento durante as horas antes de sua captura, e sobre os carros-bombas de Israel, tudo isso se

emaranhou em sua cabeça.

Quando reserva um tempo para se sentar com seu filho, ajudá-lo a delimitar seu mundo e demonstrar que você está lá para tornar a casa um local seguro, esse conforto torna o lar o lugar mais protegido para ele estar.

3. Seja espontâneo

Sou caçula. Meu negócio é diversão! Também nunca fui muito de fazer planejamentos. (Deixo isso para minha esposa primogênita e minha assistente, Debbie.) Isso ficou evidente quando o produtor de um de meus programas me perguntou recentemente sobre meus “planos de longo prazo” para a apresentação.

“Não tenho nenhum plano de longo prazo”, eu disse a ele. “Se o programa estiver funcionando, vamos continuar a fazê-lo. Se não estiver, vamos pensar em fazer outra coisa ou em deixar para lá”.

Não é que eu seja *contra* planejar; eu só acredito que às vezes as conexões mais eficientes acontecem

quando as pessoas tocam as coisas como elas vêm.

Você já fez uma festa que deu maravilhosamente certo? Todo mundo já experimentou aquele grande momento em que alguém diz: “Ora, vamos fazer isso de novo no mês que vem”. Você então faz planos, convida as mesmas pessoas... E a nova festa é, na melhor das hipóteses, banal. Raramente é possível recriar esses momentos especiais, mesmo com as mesmas pessoas, no mesmo lugar. Na maioria dos casos, eles apenas acontecem.

O mesmo costuma ser verdadeiro em relação à diversão da família. Se você designar uma noite específica para enlouquecer e sair do sério, isso às vezes pode ter o mesmo efeito de pedir a alguém para explicar qual a graça da piada. Todo o espírito se esvai, como um balão desinflado. A vida é muito espontânea para que uma noite semanal de diversão agendada funcione na maioria das casas.

Mas, quando mantém suas atividades em nível mínimo, você cria um ambiente para a espontaneidade acontecer. É aí que a vida em casa

se torna uma maravilha. No calor do momento, um dos jovens dirá:

— Vamos estourar pipoca!

Você diz:

— Que boa ideia! Desligue essa TV idiota agora mesmo, e vamos fazer a noite da pipoca.

Na mesma hora alguém imagina como seria ver o milho estourar sem a tampa. Então você coloca a pipoqueira no meio da sala sobre um forro, tira a tampa e deixa a pipoca voar.

Você não planejou, mas viveu uma experiência que provavelmente será lembrada e comentada durante os anos seguintes.

E custa menos do que alugar um vídeo!

4. Faça disso um esporte em equipe

Quando nossos filhos eram pequenos, brincávamos de um jogo chamado Huggy Harry. Eu apagava as luzes, e eles se escondiam pela casa. Então eu andava pelo corredor com uma luz presa embaixo do meu rosto, o que me fazia parecer um pouco

sinistro. As crianças faziam um ruído dos quartos em que estavam, e eu tinha de encontrá-las onde estivessem. Elas adoravam e davam gritos de alegria.

Um dos benefícios de escapar da rodinha de atividades é focar nos eventos familiares em vez dos individuais. O dr. Nick Stinnett, professor de desenvolvimento humano da Universidade do Alabama, conduziu um “estudo de vinte e cinco anos, que acompanhou 14 mil famílias em todo o país, e descobriu que ‘as famílias mais felizes eram aquelas em que seus membros passavam o tempo jogando jogos de tabuleiro e cartas juntos’”.[\[4\]](#)

Isso não significa que jogos como Serpentes e Escadas e Uno têm o poder mágico de criar laços. O fato de que os membros da família estão desfrutando de tempo juntos faz a diferença.

Quando você leva Bruno para o jogo de futebol, ele pode se divertir passando a bola para o Lipe e trocando lances depois do jogo com Pedro. Mas você não preferiria que ele tivesse ainda mais lembranças de ganhar do papai no Ludo, de

desembarcar na ferrovia da mamãe no Banco Imobiliário e de adivinhar quem fez o que para quem no Detetive com os irmãos?

É claro, isso vai exigir mais do que deixar Tiago numa quadra. Você na prática terá de limpar sua agenda o suficiente para se sentar à mesa por uma hora ou duas, ignorar o telefone e criar uma lembrança.

Isso é fascinante em relação às crianças. Elas normalmente não se dão conta do tempo necessário para você levá-las a algum lugar. Você pode gastar trinta minutos para deixar seu filho no treino de futebol e, com a volta, a viagem durou de sessenta minutos. Mas seu filho mal notará esse inconveniente. Porém, se você se sentar com ele por uma hora e jogar um jogo, ele vai se lembrar daquilo por dias, semanas e até pela vida toda.

Jogos não são as únicas atividades familiares a adotar, é claro. Ir acampar é outra possibilidade de passar um tempo especial em família, com o benefício adicional de algumas distrações. “Papai vai

mesmo nos levar para acampar?”, seus filhos podem se perguntar. “E mamãe, que odeia acampar, vai junto. Não vai ser divertido ver mamãe pela manhã sem maquiagem e com o cabelo todo bagunçado?”.

Essas são lembranças para a vida toda.

5. Viva suas crenças e converse sobre elas

Durante o verão a família Leman se dirige para o leste para visitar a região a oeste de Nova York onde cresci. Hannah certa vez decidiu trabalhar no acampamento do outro lado do lago, fazendo o que eles chamam de “esponja de lavar louça”.

Conforme o verão avançava, fui ficando impaciente por ver tão pouco a minha filha. Por isso, quando ela estava se aprontando para viajar para uma conferência de juventude de uma semana de duração no final do verão, agarrei com as duas mãos a oportunidade de levá-la de carro até o supermercado para comprar algumas coisas antes de ela tomar o ônibus.

Depois que paramos na loja, levei Hannah para o

local em que o grupo estava se reunindo para tomar o ônibus. Tivemos cerca de uma hora antes da partida. Conversamos, e eu orei pedindo segurança para ela na viagem e segurei sua mão.

Você pode chamar isso de “devocionais familiares”.

Eu chamaria.

Para mim, as devocionais familiares têm sido a devoção que demonstro para com a minha família. Quando você demonstra que é dedicado a seus filhos, eles são atraídos para você e sua vida — o que inclui sua fé.

A maneira de cada família viver e manifestar sua fé, porém, é diferente. Veja, por exemplo, a forma como minha mãe fazia. Quando eu era garotinho, toda manhã antes da escola ela me abraçava e cantava uma musiquinha enquanto eu saía pela porta. Meus amigos Moonhead Dietsch e Jamie Huber assistiam e reviravam os olhos.

“Guie-nos e conduza-nos hoje”, ela cantava, “ajude-nos, querido Pai, durante todo o dia”.

Deus a ama, ela tentou. Mas, se eu ouvir aquela música uma vez mais, passo mal.

É por isso que, quando chegou a minha vez de criar meus próprios filhos, acreditei firmemente que a melhor maneira de encorajá-los a seguir minha fé e meus valores era conversando com eles quando as oportunidades surgem, transferindo para eles de modo despercebido o que chamo de “anúncios publicitários”.

Se você quer ter uma chance de transmitir seus valores espirituais e morais para seus filhos, viva sua vida genuinamente e converse sobre sua fé aberta e honestamente.

6. Estar juntos em família — é o que temos para o jantar

O dia é sempre melhor para mim se eu entro na casa e sinto o cheiro do jantar cozinhando — não só porque a fragrância me faz começar a salivar, mas porque o horário nobre familiar da casa dos Leman sempre é em torno da mesa do jantar. Por quê?

Porque essa é a hora que todos nós, os Leman, nos reunimos e compartilhamos os altos e baixos do dia uns com os outros.

Como são seus jantares familiares em casa? São do tipo bate e foge, coisa de cinco minutos, para que você possa prosseguir para a próxima atividade? Vocês todos comem em silêncio porque não sabem o que dizer? Vocês comem separados — um tipo de serviço de *fast-food drive-through*, mas em casa? A sua está entre os 33% de famílias que dizem que o trabalho até tarde do pai ou da mãe atrapalha o jantar em conjunto?[5] Ou a hora do jantar é um momento de relaxar e conectar-se? Seus filhos querem demorar à mesa para passar mais tempo com a família?

Você sabia que há ainda mais motivos para ter a hora do jantar em família? Existe uma correlação forte entre “refeições regulares em família e sucesso na escola, melhor ajuste psicológico, menores índices de uso de álcool e drogas e redução das chances de comportamento sexual precoce”, como

revelado em um estudo nacional com adolescentes americanos.[\[6\]](#)

Em muitos lares, as crianças engolem o jantar, dizem: “Posso sair?” (se pelo menos forem respeitosas) e então correm para fazer a lição, enviar mensagens de texto para os amigos, navegar na internet ou se enrolar na frente da TV.

Isso resulta em muitas oportunidades perdidas.

Nunca vou me esquecer de meu pai contando histórias à mesa do jantar. Na metade das vezes ele começava a rir antes mesmo de começar. Antes que *nós* soubéssemos do que ele estava falando, começávamos a rir também. Tenho certeza de que ele enfeitava algumas das histórias, mas, olha, elas eram engraçadas. Por exemplo, ele e os amigos levaram uma lata cheia de óleo a um cinema e derramaram o negócio sobre o tapete de borracha do corredor. Então fizeram um barulho na esperança de que o gerente do cinema viesse correndo para a sala — e escorregasse no óleo! (Hum... E meus pais se perguntavam de onde eu tirava todas as minhas

travessuras quando pequeno. Tal pai, tal filho?)

Crianças adoram histórias, especialmente sobre quando você era pequeno. Sempre fizemos o que chamo de “Confissão Divertida da Família” à mesa do jantar. Isso inclui contar histórias sobre minha vida que demonstram a meus filhos que os desafios e fracassos que eles enfrentam são os mesmos que enfrentei quando era criança.

Se você sabe que algo é difícil para seus filhos, converse a respeito discretamente em uma história, sem moralismo. Você não precisa lhes dar uma semana inteira de histórias dos fracassos de papai, mas pode deixar escapar uma de vez em quando. Observe a reação deles enquanto fala. “Você fez *isso*, papai? E se encrencou por isso? Você não conseguiu entrar no time? Você se deu mal?”

Claro, seu prestígio pode ficar um pouco empanado, mas você também está revelando a si mesmo como real para as pessoas que mais importam em sua vida.

Da próxima vez que você se sentar para o jantar,

compartilhe mais do que a comida com seus filhos. Compartilhe seu eu imperfeito também. Isso vai fazer diferença quando eles próprios falharem em alguma coisa... Como todos nós.

7. Valorize a família estendida

Conversei com uma mulher que disse que sua avó foi “sempre um cartão de aniversário e uma nota de 20 dólares no Natal”.

Que triste. Mesmo que netos e avós estejam separados por muitos quilômetros, o que frequentemente é o caso hoje em dia, é muito ruim que os netos não possam tirar o melhor da situação para aproveitar o mundo dos avós.

Cedo demais, as vovós vão embora. A criança que não conheceu a vovó não saberá nada sobre a história dessa senhora, de onde veio a família, ou quais são suas raízes.

É difícil ter um senso de pertencimento quando você não tem ideia de a quem pertence. E as pessoas mais velhas têm uma rica noção de história para

compartilhar, assim como experiências de vida fascinantes que podem ser bem mais divertidas do que a última jornada de compras em uma loja de brinquedos.

Meu conselho para famílias novas é morar perto dos pais de um dos cônjuges pelo menos. Isso significa priorizar sua vida em torno de pessoas, não de coisas. Relacionamentos de longa distância tendem a perder a intimidade. Você pode fazer o melhor possível para manter o contato em dia com fotos digitais por *e-mail*, gravações de áudio ou vídeo enviadas para lá e para cá, cartas, telefonemas e visitas. Tudo isso ajuda, mas não é a mesma coisa que morar na mesma comunidade.

É uma dura realidade que muitos de nós hoje não vivamos no mesmo fuso horário de nossos pais.

Minha mãe foi mais próxima de nossos filhos do que de seus outros netos simplesmente porque morava em nossa cidade. E agora que ela está no céu, todos sentimos ternas saudades dela.

Por mais que possamos gostar de dizer que é

possível compensar a diferença quando desistimos do contato regular, cara a cara, pessoal, isso simplesmente não é possível. Se você quer o pleno benefício de sua família estendida ao criar seus filhos, viver perto dela é essencial.

Esses familiares também podem ser parte integrante da vida de seus filhos. Meus filhos se lembram das canções que a vovó cantava para eles (sim, mesmo aquela que eu odiava sobre a escola). Meu filho, Kevin II, se lembra de uma ocasião em que ele quis ajudar a pintar a casa dos avós, e a vovó o deixou “pintar” a parede com água, enquanto os adultos pintavam o resto da casa. Ter parentes por perto dá a seus filhos uma base de lembranças — todas marcas indelévels que os unem à família, como as suas.

8. Divida as despesas com criatividade

Quantas crianças veem a conta de energia elétrica sobre o balcão e prestam atenção a ela? Uma forma de ajudar seus filhos a se sentir parte da família é torná-los parcialmente responsáveis pela soma total das contas de serviços todo mês.

Na superfície isso não soa nem um pouco animador. Mas eu abordaria desta forma. Você poderia dizer durante o jantar à noite: “Sabem, estive pensando. Esta família precisa se divertir mais. Precisamos de mais *pizza*, de mais filmes e de mais idas ao boliche”. Toque nos interesses de sua família, seja quais forem; nenhuma criança vai implicar com isso.

“Vamos juntar tudo que vocês conseguirem poupar com essas contas todo mês em relação ao que gastamos ano passado e colocar esse dinheiro em um pote. Depois vamos torrar tudo em boliche, *pizza* e filmes em família — qualquer coisa.”

Essa é uma alternativa divertida e prática para dizer em alto e bom som: “Ei, o que a porta da frente está fazendo aberta? O que vocês acham que

estão fazendo, aquecendo a vizinhança?”, ou “Quem deixou as luzes da sala acesas — de novo?”.

Passem um bom momento em família calculando o histórico de quilowatts consumidos no ano passado e quanto isso custou. Muitas contas vêm com essas comparações já descritas; se não, faça que seus filhos criem os gráficos sozinhos. Conforme eles assumem a responsabilidade pelo uso da eletricidade, gás e água, vão se sentir parte da ação — e parte da família. (E, além disso, você vai economizar mais dinheiro do que pode imaginar.)



**Cinco maneiras de criar
lembranças de casa +**

Você não faz as crianças sentirem que pertencem a sua casa ao parar as atividades fora de casa e declarar: “Certo, agora nós pertencemos uns aos outros! Simplesmente vamos nos amar, amar e

amar!”. Se você usar esse método, não vai demorar muito para que seus filhos comecem a se matar.

Em vez disso, deixe-os fazer parte do processo de planejamento das férias. Ou se o papai gastar 20 reais toda sexta-feira para lavar o carro, dê às crianças a oportunidade de fazerem isso. Esses 20 reais podem ir para despesas muito mais importantes — *pizza* canadense de *bacon* e abacaxi, só para citar uma.

9. Experimente o “Dia de Ficar em Casa com as Crianças”

Você sabe o que seus filhos fazem depois da escola, na internet ou sozinhos em seus quartos? Se não, pode ser por causa do “encasulamento”.[\[7\]](#) Papai vem para casa depois do trabalho e depois do jantar ele se planta em frente ao programa de esportes. As crianças escapam para seus quartos e navegam na internet ou jogam *video games*.

Em muitas casas, pais e filhos vivem em casulos

separados. Não deveria ser assim no território da família. Se você quer entrar no mundo de seu filho, tente o “Dia de Ficar em Casa com as Crianças”.

Você provavelmente conhece o Dia de Levar os Filhos para o Trabalho. Eu fiz esse tipo de coisa, pegando meus filhos depois da escola para visitar o estúdio de rádio ou levá-los comigo em uma viagem de negócios durante o fim de semana. Isso nos dá a oportunidade de concentrar nossa atenção uns nos outros, conversar sobre a vida e permite que eles vejam exatamente o que faço. É uma ótima ideia; seja você um dublê em filmes de ação, seja um bibliotecário, seus filhos vão adorar a aventura.

Porém, é tão importante — se não for mais — entrar no mundo de seus filhos. Você sabe quais são os programas de TV a que sua filha assiste quando ela chega da escola? Sabe aonde seu filho leva o cachorro depois que larga os livros na cama? Se você trabalha fora de casa, pode ser que não tenha ideia.

Para combater isso, tente tirar um dia de folga do

trabalho e ficar em casa com seu filho. Sintonize-se com o que ele está fazendo.

Se você não conseguir a folga, veja se pode compensar em horas extras durante a semana por uma semana ou duas. Então tire meio período e vá para casa antes do horário que seu filho em idade escolar chega. Ou agende um sábado.

Por quê? Porque chegará o dia, mais cedo do que imagina, em que você estará dizendo adeus a seu filho enquanto ele entra na idade adulta. Lágrimas escorrerão em seu rosto, e você pensará: “Onde foi parar o tempo?”.

Nesse dia, se alguém se dispusesse a fazê-lo voltar no tempo para passar um dia inteiro com seu filho quando ele tinha 3 ou 8 ou 15 anos, você faria isso num piscar de olhos — mesmo se lhe custasse mil dólares. Faça isso agora, quando o único custo é um dia de folga do trabalho.

Se você tem mais de um filho, pode passar o tempo com um pela manhã e com outro à tarde. Mesmo que tenha muitos filhos, eu recomendo que

passar um tempo com cada um. Se você tem uma casa cheia de filhos, vai precisar arranjar alguns dias como esse.

Planeje uma atividade, preferencialmente em casa, que seus filhos iriam gostar. Jogue o jogo de tabuleiro favorito; trabalhe naquela maquete que ele esteja construindo; jogue bola no quintal; aprenda os segredos do *video game* favorito; visite os *sites* preferidos dele.

Se você não sabe o que fazer, deixe seu filho assumir o papel de professor. Diga algo como: “Sabe, é engraçado. Eu realmente não tenho ideia do que você faz quando chega da escola. Você não quer me mostrar como conversa com seus amigos pela internet?”.

Outra opção é fazer uma viagem de um dia. Embrulhe um almoço surpresa para cada um. Converse sobre a vida de vocês. Escolha uma atividade que permita que vocês conversem — não um filme. Pegue um velho álbum de fotos. Conforme olham para essas imagens, fale sobre

como eram seus sentimentos sobre a vida naquela época, o que você amava e temia.

Você pode estar abrindo a porta para momentos didáticos — como aconteceu certa vez, em que Lauren e eu estávamos ouvindo uma estação de rádio *country*. O apresentador disse: “Quarenta e cinco por cento dos homens solteiros dizem que fizeram isso nas férias. O que é?”. As pessoas ligaram com várias respostas, mas a resposta era “Transar com alguém uma noite só”.

Lauren olhou para mim e perguntou inocentemente: “O que é isso?”.

Minha explicação nos deu a oportunidade de conversar sobre a santidade do casamento, a realidade das doenças sexualmente transmissíveis e a força do casamento dos pais dela — tópicos que nenhum de nós tinha a menor condição de saber que surgiria.

10. Espalhe a alegria!

Quando você aprender quanto há a ganhar ao se concentrar na casa e na família, por que não espalhar a boa notícia? Você não tem de sair pela vizinhança anunciando a decisão de mudar a maneira de agir. Simplesmente dê o exemplo com suas escolhas. Atraia outras crianças para sua casa com suas atividades; não lute para que deixem as delas.

Dar a seu filho um pouco de madeira sem uso para que ele e as crianças da rua possam construir um forte na árvore atrás da sua casa, por exemplo, pode fazer dele um lugar bem legal de se ficar. Isso tem mais probabilidade de acontecer, é claro, se você já conhecer os outros pais, de modo que eles saibam que sua casa é um local seguro para os filhos deles.

Não pense nem por um momento que os outros não estão observando o que você faz. Conheço uma mãe que foi conquistada para o ensino domiciliar não por uma palestra, mas quando se deu conta de que todas as crianças com quem ela queria que sua

filha se relacionasse estudavam assim. Ela apenas observou e decidiu por conta própria.

Esse também foi o caso de um editor que jantou em nossa casa certa vez. Ele ficou impressionado com a experiência. Viu nossos filhos adultos animados por se encontrarem, gracejando em volta da mesa.

— Dr. Leman — ele disse — a maioria dos pais daria o braço direito para ter uma família assim. Como é que o senhor fez isso?

O engraçado é que ele deveria saber, já que trabalhou em vários livros meus! Mas eu simplesmente lhe disse:

— Se você torna o lar um local significativo, amoroso e divertido enquanto seus filhos estão crescendo, eles vão querer voltar muitas vezes.

Alguns de nossos vizinhos, entretanto, ficam imaginando por que nós às vezes fazemos tanta cena ao nos despedir de nossos filhos mais velhos:

— Vocês realmente precisam agir como se o Titanic tivesse acabado de afundar toda vez que eles

vão embora?

— Nós nos amamos tanto que *sentimos* como se o Titanic tivesse acabado de afundar quando eles têm de ir embora — eu digo, sem me desculpar.

Posso ver a inveja nos olhos deles.

Você não gostaria de ver a mesma coisa nos olhos de seus vizinhos quando eles observarem a forma como sua família interage?

Basta decidir, de uma vez por todas, sair da rodinha de atividades para que você possa proporcionar a seus filhos um forte senso de pertencimento e a certeza de que eles vêm de um lugar onde foram, são e sempre serão profundamente amados e bem-vindos.

Isso dará a seu filho a melhor oportunidade de sucesso, não só agora, mas pela vida toda.

Boa pergunta!

Como você pode gerar tempo ocioso em sua casa, a fim de criar lembranças para o futuro?

Filhos bem-sucedidos na vida têm pais que...

- Ouvem o que eles dizem.
- Divertem-se e riem com eles.
- Reservam tempo para eles.
- Estão disponíveis para eles emocional, física e mentalmente.
- Pedem desculpas.
- Perdoam.
- Não cedem a coisas que destroem as relações familiares. Jamais.
- Mantêm o fracasso em perspectiva.
- Esperam o melhor deles.

Uma festa inesquecível

*Por que fazer a coisa certa
sempre vale a pena no longo
prazo.*

Eu já tinha descoberto tudo. Durante todo o verão fiquei ouvindo pistas de meus filhos. Com os fragmentos de conversas que ouvi por acaso, entendi que haveria uma grande festa para meu aniversário de 60 anos.

A família não tinha dito explicitamente, é claro, mas isso só aguçou minha expectativa. O mais perto que alguém chegou de deixar escapar os planos secretos foi Krissy, quando me disse: “Seus incríveis 6.0 já estão chegando. Nós realmente vamos ter de fazer *essa* bem feita”.

Com certeza fizemos a festa de aniversário de 60 anos de meu irmão Jack muito bem feita. Quando

ele completou os incríveis 6.0, houve uma festa enorme — fomos a Sacramento para lhe fazer uma surpresa. Nossa família sabe como fazer barulho, e minha vez estava chegando.

Ou foi o que pensei.

Adoro festas de aniversário. Adoro surpresas. Acima de tudo, adoro a família reunida para uma boa festa. Eu estava me preparando para uma grandiosa, talvez a maior de todas.

Meu aniversário cai em 5 de setembro, Dia do Trabalho nos Estados Unidos, o que não poderia ser mais ideal para a família e amigos se reunirem além do fim de semana. Eu não poderia ter planejado melhor se tivesse marcado o dia de meu aniversário. Estava pronto para os fogos de artifício, para um desfile em Tucson com carros de bombeiros, bastões rodopiando e a tuba tocando marchinhas escolares. Estava pronto para comemorar! (Não se esqueça de que fui o caçula de minha família, e caçulas adoram surpresas.)

A manhã do Dia do Trabalho finalmente chegou.

Pensei: “Tudo bem. Cadê meu filho?”. A chegada de Kevin II de Burbank, na Califórnia, era a única peça que ainda faltava no quebra-cabeça de meu aniversário e confirmaria minhas suspeitas.

Mas a cada hora que se passava, eu ficava mais confuso com a aparente falta de atividade na família. A manhã chegou e se foi, e os membros da família mal tinham saído da cama. A tarde chegou e se foi, e todo mundo parecia estar andando em câmera lenta. A noite chegou, mas Kevin II não.

Não consegui evitar. Finalmente tive de perguntar.

— Kevin II não vem hoje?

— Não, querido, me desculpe. Ele não conseguiu. Mas tenho certeza de que vai ligar.

“Kevin II não vem?”, pensei. “Burbank fica a apenas 45 minutos de voo de Tucson. Ele não vem para o meu aniversário?”.

Em qualquer outro dia, eu teria dito que tivemos uma ótima noite, com um jantar tranquilo em casa, concluído com um bolo de aniversário. Sande,

Holly, Hannah e Lauren estavam ali, assim como Krissy e seu marido, Dennis.

“Ora”, racionalizei, “quando você fica na estrada tanto tempo quanto eu, é bom ter um jantar tranquilo em casa”. Mas para mim aquilo foi tão sombrio quanto um aniversário pode ser. Eu não conseguia me livrar da decepção.

Sande pode contar como eu choraminguei e reclamei a semana toda sobre o fato de meu filho não ter vindo. Foi sem dúvida uma das semanas mais longas da vida dela.

Na noite da sexta-feira seguinte, me disseram que a família ia sair para jantar, mas Holly estava um pouco atrasada. Na verdade, ela estava exatamente no horário. Seguindo um plano secreto, ela foi ao aeroporto buscar Jack, meu irmão, e minha cunhada, que tinham vindo da Califórnia. Quando eles três entraram no restaurante, soube que todo mundo tinha me enganado direitinho!

Dali em diante, só melhorou.

Na manhã seguinte Jack e eu estávamos em casa

quando Sande telefonou de algum lugar onde tinha ido fazer alguma coisa na cidade.

— Querido — ela disse naquele tom atraente e musical — por que você não vem até o Ecletic para tomar café comigo e com Linda? Eles têm aquela promoção de US\$ 1,99.

Então Jack e eu fomos até lá. Enquanto estava sentado segurando o cardápio, decidindo o que pedir, uma voz atrás de mim perguntou:

— O que o senhor gostaria de beber?

— Café — eu respondi sem me virar.

— *Café?* — ele disse. — *Tudo* que o senhor quer é *café*?

“Quem é esse rapaz insolente que está falando comigo desse jeito?”, pensei enquanto me virava.

Olhei para cima e vi meu filho, Kevin II, radiante. Depois de olhar de novo para confirmar, fiquei tão feliz de vê-lo que dei um murro na mesa e gritei. Todo mundo no restaurante se virou. Foi como se eu tivesse tirado todas as conversas da tomada.

Caramba! Meu filho estava na cidade! Cinco dias atrasado, mas antes tarde do que nunca, certo?

A festa aconteceu no dia seguinte, quando eles me despacharam para o *country club* local. Cinquenta ou sessenta convidados estavam esperando: familiares, amigos próximos, colegas de trabalho e pessoas que conhecia desde menino. Também recebi mensagens maravilhosas de amigos e colegas de todo o país — Chuck Swindoll, Jim Dobson, Neil Clark Warren, Gary Smalley e Les e Leslie Parrott. Eu não conseguiria reunir um grupo melhor de pessoas se eu mesmo tivesse feito a lista.

“Nos dias de hoje”, pensei enquanto via meus filhos interagirem com os convidados durante todo o jantar, “em que os filhos usam palavrões com seus pais e entendem a recompensa como direito deles, Sande e eu temos sorte de ter filhos que se importam tanto com as outras pessoas”.

Holly, a primogênita e líder do clã, se levantou imediatamente depois do jantar e se apresentou para muitos convidados. Ela sabia que algumas dessas

peessoas não se viam há bastante tempo e poderiam estar se sentindo um pouco deslocadas. Vendo-a fazer a sala funcionar de modo tão arquitetado, continuei pensando: “Olhe para essa sua filha, Leman. É como nos contos de fadas: ‘Ela é tão boa quanto bonita’. Você poderia pedir mais do que isso?”.

Muitos convidados mais tarde destacaram como nossos filhos pareciam diferentes da “maioria dos jovens”.

Porém, o mais especial para mim aconteceu no final da noite. Cada membro da família foi à frente e compartilhou palavras que teriam tocado o coração de qualquer marido e pai.

Holly, uma professora de inglês com ótimo domínio da linguagem e com o coração generoso de sua mãe, fez um belo tributo. Ela falou sobre como, agora que é mais velha, valoriza muito mais os sacrifícios que Sande e eu fizemos.

“Ele sempre teve um grande senso de humor”, disse Kevin II. “Mas, mais importante do que isso,

nos deu o exemplo do homem e do marido que é”.

“Amo você”, falou Lauren. “E você escreve livros muito bons com títulos interessantes, apesar de eu nunca ter lido nenhum”.

Krissy falou sobre a importância da família. Ela contou como, certa vez, eu disse a Sande, depois de ter falado a um grupo de presidentes de empresa na Cidade do México: “Por que não voamos até Chicago para dar um oi à Krissy?”. Alterando nossas passagens, voamos a Chicago com sombreiros e ponchos mexicanos, que usamos até o quarto de nossa filha no alojamento da universidade, para surpreendê-la.

Quando Sande se levantou e disse: “Ele é o mais manteiga derretida”, eu comecei a chorar, como se aquelas palavras fossem uma deixa.

Mas Hannah roubou a cena sem querer.

Depois de começar usando as mesmas palavras que outro falante tinha usado minutos antes, fazendo que todos nós ríssemos estrondosamente, ela ficou séria. “Eu amo meu papai”, disse com a voz trêmula

e tateando em busca de palavras. “Eu não poderia ter pedido um pai melhor”.

Isso praticamente resumiu tudo, mas então algo inesperado aconteceu. *Ela* começou a chorar. “Oh”, disse com as lágrimas correndo pelo rosto, as quais ela enxugava com a mão. “O que está acontecendo aqui?”

Quando ela disse isso, parecendo-se de todas as maneiras com a mãe, as lágrimas mais uma vez nublaram minha visão.

“Hannah”, eu pensei enquanto respondia em meu coração, “o que está acontecendo a você é sua vida. Você tem 16 anos, e está pensando em todas as maravilhosas ocasiões em que nos reunimos em família. Você está apenas começando a pensar sobre faculdade e sobre sair de casa, e está se dando conta de que seu paizinho já tem 60 anos e que ele não estará por perto para sempre. Você também está percebendo em um nível mais profundo que nós a amamos como você é e que o amor que compartilhamos e a prioridade que todos colocamos

na família não têm preço”.

“Querida, as lágrimas que escorrem em seu rosto vêm do mesmo lugar que as minhas — do laço tão profundo que temos uns pelos outros. É isso o que está acontecendo.”

Há quem diga que não se pode ir para casa outra vez. Eles querem dizer que a casa em que você cresceu nunca mais será o lugar que costumava ser. Mas nenhum relacionamento é estático, e nenhum passado fica preservado perfeitamente. A questão é: o que você quer que sua casa se torne?

Você *pode* ir para casa. Você *deve* transformar sua casa se quer os relacionamentos profundos que têm origem na vida compartilhada.

Pode parecer que seu filho nunca vai crescer, mas a verdade é que a vida é realmente curta. Meu irmão Jack e eu nos questionamos recentemente: “De todos os dias que nós ainda vamos ter nesta vida, quantos deles vamos passar fazendo alguma coisa juntos? Trinta? Sessenta? Noventa, se tivermos sorte?”. Simplesmente não sabemos, e nenhum de

nós está ficando mais jovem.

Da mesma forma, quantos dias nós temos com nossos filhos? Esses também estão contados. Só quero ter a chance de fazer a diferença na vida de meus filhos enquanto ainda temos dias juntos em casa.

Eu disse a minha filha adolescente, Hannah, certa tarde: “Você conhece o papai. Quando você sair de casa, vou estar no jardim me acabando de chorar”. O Titanic afundando mais uma vez sob os olhares dos vizinhos!

E como manda o figurino, foi exatamente o que aconteceu quando Hannah partiu para a faculdade. Foi um espetáculo digno de intrigar a vizinhança inteira.

Sande e eu sabemos que o dia de nossa Lauren deixar o ninho não está longe. Afinal, nosso bebê agora está no ensino médio. Porém, mesmo quando nossa última filha descer a rua e nós ficarmos nos debulhando em lágrimas na calçada, saberemos disto: o tempo, a energia, o cuidado e o amor que

derramamos sobre a vida de nossos filhos significam que vê-los partir não é o fim.

A bênção desses relacionamentos é que eles vão continuar a se aprofundar conforme nossos filhos se encaminham para o mundo — e formam a própria família. Krissy encontrou Dennis, e agora eles têm dois lindos filhos (*meus* netos, é claro). E Hannah e Josh acabaram de começar a jornada da vida em comum.

Você sabe o que é maravilhoso além disso? Quando você tem filhos cujo coração está focado no lar e que valorizam a família mais do que correr na rodinha de atividades, eles amadurecem e se tornam o tipo de adultos de quem você pode ser amigo para o resto da vida.

Então, o que cria esse foco na casa e na família?

- Amor.
- Disciplina.
- Expectativas positivas e saudáveis.
- A convicção de que *quem* seus filhos são é mais importante do que qualquer coisa que

eles façam.

- Devoção verdadeira, vivida na arena diária da vida.
- Saber que a família inteira é mais importante do que suas partes.
- Ver os pais comprometidos em se amar pela vida toda e dando ao casamento a prioridade maior.
- Tempo ocioso.
- Senso de pertencimento.

Esses são os ingredientes que derramamos sobre nossa família. Minha festa de 60 anos me revelou que Sande e eu devemos ter feito alguma coisa certa, porque tudo aquilo ao meu redor teve um gosto mais doce para mim do que qualquer bolo de aniversário poderia ter.

Quando olho para trás, para tudo que investimos ao criar Holly, Krissy, Kevin II, Hannah e Lauren, será que eu faria tudo de novo?

De todo o coração.

E sei que você faria também.

- Barna, George. *Real Teens: A Contemporary Snapshot of Youth Culture*. Ventura, CA: Regal, 2001.
- Bennett, William J. *The Index of Leading Cultural Indicators: Facts and Figures on the State of American Society*. New York: Simon and Schuster, 1994.
- Bowlby, John. *Separation: Anxiety and Anger*, vol. 2, *Attachment and Loss*. New York: Basic Books, 1980.
- Dobson, James. *Como lidar com a teimosia de seu filho*. São Paulo: United Press, 1998.
- _____. *The Complete Marriage and Family Home Reference Guide*. Carol Stream: Tyndale, 2000.
- _____. *The New Dare to Discipline*. Wheaton: Tyndale House, 1992. [Publicado no Brasil com o título *Ouse disciplinar*. São Paulo: Editora Vida, 1994.]
- Elkind, David. *The Hurried Child*. Cambridge: Da Capo Press, 2007.
- Hunter, Brenda. *Home by Choice: Raising*

Emotionally Secure Children in an Insecure World. Sisters: Multnomah, 1991.

Mason, Mike. *O mistério do casamento.* São Paulo: Mundo Cristão, 2005.

Schlessinger, Laura. *Dez coisas insensatas que as mulheres insistem em fazer para complicar suas vidas.* Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.

Compartilhe suas impressões de leitura escrevendo para:

opinio-do-leitor@mundocristao.com.br

Acesse nosso *site*: www.mundocristao.com.br



Você está na rodinha de atividades? ◀

Perguntas e redutores de culpa, especialmente para mães (as Mulheres Maravilha da agenda familiar):

1. Estou me envolvendo e também envolvendo meus filhos em atividades demais? Estou tão concentrada em agendar horário de brincar, horário de música, horário de recreação, horário de artes e qualquer outra atividade para meu filho que mal tenho tempo para pensar ou descansar? (Lembre-se, mãe, se você estiver cansada, não estará em sua melhor forma, e provavelmente vai descontar nas crianças, porque é assim que está na maior parte do tempo.)
2. Estou tentando ser a mãe perfeita, ou estou me concentrando em ser uma mãe excelente? Estou exigindo demais de mim mesma? (Criar um filho é uma tarefa de 24 horas por dia, por dezoito anos ou

mais. Ninguém marca um gol toda vez que chuta a bola. Dê um tempo para si mesma; você terá dias bons e dias ruins. Se ficar batendo na mesma tecla consigo mesma porque teve um dia ruim, ou tiver uma explosão de frustração, vai ficar maluca com a culpa.)

3. Sou escrava da minha lista de afazeres? Ajo como se fosse um crime ter de deixar as roupas para lavar depois ou permitir que um cômodo fique bagunçado.

(Tudo bem deixar alguns pratos sujos na pia de vez em quando enquanto você se dedica a questões mais importantes. A Polícia da Louça Suja não vai aparecer na sua porta. Eu prometo. [Sei disso porque eles sempre estão batendo na minha quando a Sande não está.])

4. Sou obcecada com o que as outras pessoas pensam de mim? Dedico muito tempo e esforço com as roupas que meus filhos estão usando e as coisas que eles

têm para que todos pensem que sou uma mãe perfeita? (A pergunta mais importante na verdade é: Por que você acha que tem de ser a mãe perfeita? Ninguém é perfeito. Nem o diretor da escola de seu filho. Nem o presidente de empresa que mora aí do lado e deixa a grama crescer demais. Nem o homem que conserta a máquina de lavar louças. Então por que você deveria esperar ser perfeita? O velho provérbio “Errar é humano” está correto. Então dê uma folga a si mesma e passe a fazer parte do resto da raça humana.)



Considerações sobre a escola ◀

Se você está pensando em colocar seu filho na escola um ano antes ou fazê-lo pular uma série, faça as seguintes perguntas a si mesmo:

- Estou tomando esta decisão por *mim mesmo* ou por *meu filho*?
- Mandar meu filho para a escola mais cedo vai lotar mais ainda uma agenda de atividades familiares que já é cheia?
- Estou tomando essa decisão para permitir a mim mesmo ou ao meu cônjuge voltar ao trabalho um ano antes?
- Estou considerando isso primeiramente por questões financeiras?
- Estou tentando acompanhar um irmão, vizinho, parente, ou forçar meu filho a equiparar-se ao filho de meu melhor amigo?

Se você respondeu sim a qualquer uma das questões acima, por favor, reconsidere esse curso de ação. O único agradecimento que você

vai receber pode ser a confiança que verá em seu filho daqui a uma década. Se o seu foco é o bem-estar de seu filho e não “fazer igual ao vizinho”, de que outro encorajamento você precisa?

Redefinindo sucesso ◀

Em vez de olhar para a pontuação máxima, considere o seguinte:

- Seu filho se esforçou bastante?
- Seu filho aprendeu perseverança e o valor do trabalho?
- Seu filho está aprendendo a pensar e a ser criativo com os dons que recebeu?
- Seu filho é um amigo consciencioso?

As respostas a essas perguntas são mais importantes do que qualquer lista de notas. As no boletim de seu filho ou do que marcar o gol da vitória.

Seja um comprador inteligente! ◀

- Compre apenas os itens de que você e sua família realmente precisam. Faça uma lista antes de ir à loja ou de comprar pela internet.
- Avalie todas as compras antes de efetuá-las. Para compras maiores, pesquise preços e faça anotações. Então espere alguns dias. Depois que o ardor pela compra potencial diminuir, você ficará impressionado com o dinheiro economizado por não comprar os itens que decidiu que não precisa.
- Pense bem no tempo e no comprometimento que quaisquer novas compras vão exigir (por exemplo, o famoso equipamento de ginástica que é usado por uma semana e então se torna um cabide caríssimo).
- Acima de tudo, não compre apenas para ter o que fazer.



Como criar um doador, não um interesseiro ◀

- Ensine seu filho não só a dizer obrigado, mas também a escrever bilhetes de agradecimento. Até o presente de aniversário da vovó não é um “direito”; é um privilégio e deve ser tratado como tal.
- Envolver seu filho em suas ações de caridade. Se você conhece uma família que poderia se beneficiar de um dinheiro para comprar alimentos, escreva um cartão, coloque o dinheiro junto e mande seu filho bater na porta da outra família. É uma ótima maneira de dar o exemplo de suas próprias preocupações com os outros.
- Apadrinhe uma criança em outro país. Nossa família apadrinha um menino em El Salvador por meio da Compassion International. Lauren adora escrever cartas para ele. Além da ajuda regular, gostamos de ser criativos. Certa vez fomos a um mercado de usados e compramos um monte de tacos de beisebol, luvas e várias bolas, suficientes

para a vizinhança inteira do menino jogar beisebol! Lauren se responsabilizou por encontrar e comprar o equipamento, bem como por embalar e enviar o pacote.

Tudo se resume a isso: se você quer criar uma criança compassiva, então lhe dê algo pelo qual ela possa manifestar compaixão.

Vai uma tarefa aí? ◀

Serviços domésticos são uma boa maneira de ensinar caráter... Com algumas advertências:

- Faça que sejam apropriados à idade. Não peça para seu filho de 4 anos lavar os cristais, para depois gritar quando ele derrubar uma peça cara.
- Para evitar conflitos entre irmãos (por exemplo, Flávio limpando a privada e Verônica limpando a pia do banheiro), faça que eles trabalhem em diferentes partes da casa.
- Mude as tarefas ocasionalmente. Não há nada pior do que ser “a pessoa do lixo” a vida inteira... Sem direito a condicional.
- Se você quer que um trabalho seja bem feito, faça você mesmo — estou falando aqui de criar filhos, não de varrer o chão. Se você quer ensinar sua filha de 2 anos a fazer a parte dela, dê-lhe uma vassoura, uma pá de lixo e um monte de pó. Mas não fique

andando atrás dela como um fiscal, criticando o trabalho. Para crianças de 2 a 4 anos, é muito mais importante aprender o entusiasmo de ajudar do que fazer o chão da cozinha brilhar.

Pais inteligentes ◀

- Amam seus filhos incondicionalmente.
- Incentivam.
- Dizem não.
- Não implicam.
- Permanecem firmes em seus princípios...
Sem atirar no próprio pé.

Olhe para trás ◀

Faça a si mesmo honestamente as seguintes perguntas:

- Como foi a minha infância? O que meus pais esperavam de mim?
- Como as decepções e perdas de minha infância influenciaram as expectativas que tenho para meus filhos hoje?
- Como meu desejo de parecer um bom e competente pai ou uma boa e competente mãe coloca ainda mais pressão sobre meus filhos?
- De que maneiras específicas estou pressionando cada um de meus filhos?



De olho em seu olho crítico ◀

Qual é seu padrão para o comportamento? É a perfeição? Sua meta é criar um manequim computadorizado que fará o que quer que você diga no momento em que disser? Se for isso, deixe-me fazer uma pergunta: Quando foi a última vez que você teve um dia perfeito? Quando foi o último período de 24 horas direto em que você não articulou uma simples palavra atravessada ou respondeu um tanto lentamente a um pedido? Quando foi que *você* manteve uma atitude positiva durante um dia *inteiro*?

Aqui vão alguns pontos-chave para você se lembrar:

- Ninguém é perfeito. (Nem você!)
- Educar um filho leva tempo.
- Tirar C não é crime.
- Às vezes “bom o suficiente” é, de fato, bom o suficiente.
- Ame seu filho como ele é... Não como você

queria que fosse.

- Combine palavras e ações. Não refaça o trabalho de seu filho para que fique mais perfeito.



Tire o estresse do trabalho escolar! ◀

- Não pergunte: “Você tem lição?”.
- Não transforme sua casa em um campo de batalha nem em uma escola noturna.
- Deixe a realidade ser professora se seu filho não terminar a lição de casa.
- Tente conhecer os professores de seu filho, em todas as áreas (seja na escola pública, seja na particular, seja em grupos de ensino em casa).
- Não faça a lição de seu filho. (Afinal, você já não passou do quarto ano? Agora é a vez dele.)
- Dê apoio à escola indo às reuniões.



Reduza as expectativas relativas à escola ◀

- Mantenha seu ego paterno ou materno distante da educação de seu filho.
- Concentre-se no aprendizado de seu filho, não nas notas.
- Deixe seu filho fazer o melhor e aceite isso.
- Lembre-se de que pontos em testes e estatísticas de posição na classe não avaliam todo tipo de habilidade.



Qual a melhor opção educacional? ◀

- Considere a personalidade e os talentos de seu filho.
- Considere sua própria personalidade e seus talentos.
- Avalie todas as opções educacionais para cada um de seus filhos. (Nem todos vão desabrochar no mesmo tipo de ambiente.)
- Conscientize-se de que as opções educacionais podem precisar ser alteradas conforme seu filho amadurece.



Conectado mesmo a distância ◀

Aqui vão algumas ótimas maneiras para se manter conectado ao coração de seus filhos, mesmo quando você estiver na estrada:

- Ligue depois do horário de aula para saber como foi o dia. (Não, mandar uma mensagem de texto não é suficiente: seus filhos precisam ouvir sua voz.)
- Deixe bilhetinhos especiais, um para cada dia que você estiver fora.
- Mantenha a rotina de ir para a cama inalterada, fazendo orações ou cantando as músicas preferidas juntos pelo telefone.
- Grave uma leitura do livro favorito para que seu filho possa ouvi-lo “ler na fita” antes de dormir ou na hora da história.
- Antes de sair, combine uma “reunião” especial... E grude nisso feito cola, independentemente do trabalho que o esteja esperando de volta no escritório.

Nada disso é o mesmo que estar ali em pessoa, é claro, mas demonstra seu amor e torna o encontro em casa muito mais doce.



Devo trabalhar ou não? ◀

- Leve em consideração seu próprio nível de energia e o impacto que o trabalho terá sobre ele.
- Faça ajustes segundo a idade, fase, necessidades e personalidade de seu filho em particular.
- Avalie a real motivação para querer trabalhar.
- Fique atento aos custos ocultos de um berçário em período integral ou meio período.
- Identifique os custos ocultos de trabalhar fora de casa (gasolina, um novo guarda-roupa que não apresente vômito de nenê).



Alternativas criativas para pais solteiros ◀

- Considere a possibilidade de pedir a um membro da família ou amigo próximo para cuidar de seus filhos durante o dia. (Há grandes chances de que eles já conheçam e amem seu filho, e isso é melhor do que uma funcionária de berçário desconhecida.)
- Melhor ainda, peça para a vovó ou o vovô virem a sua casa para ajudar. (Mesmo se eles só puderem vir uma vez por semana, seu filho terá o benefício adicional de estar em casa, o local favorito dele.)
- Verifique se há algum serviço oferecido pela igreja.
- Avalie a possibilidade de começar um negócio próprio em casa, para que você possa cuidar de seu filho.



Você está prendendo demais seu filho? ◀

Faça a si mesmo as seguintes perguntas:

1. Da forma como me relaciono com meu filho, as necessidades de quem estão sendo atendidas? Se *minhas* necessidades são o fator motivador, o que farei para mudar isso?
2. O dinheiro que gasto com as atividades de meu filho é uma maneira de sufocá-los com coisas que eu nunca tive?
3. Minhas escolhas em relação à vida de meu filho estão nos levando a um estilo de vida mais simples, mais equilibrado, disciplinado e focado na família — ou estão nos fazendo correr na rodinha de atividades como um bando de *hamsters*?

Namoro 24 horas ◀

No casamento, são as pequenas coisas que realmente contam. Aqui vão algumas dicas para manter seu casamento crepitante:

- Dê um beijo *de verdade* em seu cônjuge. (Se seus filhos virem, melhor ainda!)
- Tire cinco minutos para namorar no balanço da varanda. (E daí se o jantar ficar cinco minutos atrasado?)
- Quando estiver conversando com seu cônjuge, nunca deixe as crianças interromperem.
- Traga para casa uma única flor (colha do jardim) ou prepare o prato favorito apenas “porque sim”.
- Não espere uma data comemorativa oficial para dizer “eu te amo”.
- Faça alguma coisa que seu cônjuge normalmente faria (levar as crianças para a aula de esporte, aparar a grama do jardim) para dar a ele uma pausa para respirar.

- Toda noite, diga a seu cônjuge uma coisa que você apreciou nele naquele dia.



Toda família precisa de... ◀

- Tempo ocioso.
- Tempo sem pressa uns com os outros.
- Um dia de folga por semana para se reagrupar.



Cinco maneiras de criar lembranças de casa ◀

- Façam filmes domésticos e assistam a eles.
- Lavem o carro juntos em um dia quente de verão.
- Tenham uma Noite da Refeição Surpresa toda semana. Mantenha a simplicidade (queijo grelhado e tacos para viagem fazem a maioria das crianças feliz). Estique uma toalha de piquenique em sua sala para uma diversão extra.
- Decidam espontaneamente sobre um tema para a noite em família: Noite de Contar uma Piada, Noite do Chapéu, Noite do Refeitório. Dê a todos cinco minutos para vestir as fantasias ou pensar em algo divertido para contribuir. Por exemplo, para a Noite do Refeitório, vocês todos podem comer sopa direto da panela com colheres grandes. Não há nada mais engraçado do que ver mamãe e papai babarem a sopa na camisa quando tentam comer com colheres de pau. Risadas realmente são um bom

remédio para a família.

- Reserve uma hora e jogue um jogo de tabuleiro. Imagem & Ação ou outros jogos parecidos são entretenimento garantido para famílias com crianças de qualquer idade.

- [1] Marca de um sabonete existente nos Estados Unidos. (N. do T.)
- [2] Sonja Steptoe, “Ready, Set, Relax!”, *Time*, 22 de out. de 2003, p. 38.

[1] Citado em Carleton Kendrick, “The Hurried Child”, Family Education.com,

<<http://life.familyeducation.com/stress/extracurricular-activities/36187.html>>. Acessado em 30 de set. de 2011.

[2] Estudo citado em “Back to School 2001: The Overwhelmed Child”, de Lisa Collier Cool, revista *Good Housekeeping*, ago. de 2001, p. 79-82.

[3] Organização norte-americana que tem como objetivo estimular os jovens a atingirem a plenitude de seu potencial. (N. do T.)

- [1] Organização norte-americana cujo objetivo é apoiar e capacitar mães, lançando mão de valores cristãos para fortalecer as famílias. (N. do T.)
- [2] Tradicional canção infantil norte-americana, cujo original é: “*First comes love, then comes marriage, then comes baby in the baby carriage*”. (N. do T.)
- [3] William J. Bennett, *The Index of Leading Cultural Indicators: Facts and Figures on the State of American Society*, p. 102-103.
- [4] Citado em “The Case for Staying Home”, Claudia Wallis. *Time*, 22 de mar. de 2004, p. 52.
- [5] Amelia Warren Tyagi, “Why Women Have to Work”, *Time*, 22 de mar. de 2004, p. 56.
- [6] P. 71.

- [1] Sabor de sorvete de creme com manteiga de amendoim e calda de açúcar queimado. (N. do T.)
- [2] *The New Dare to Discipline*, p. 59.
- [3] Variação mais leve do beisebol, praticado em quadras cobertas, popular entre as mulheres. (N. do T.)
- [4] David Noonan, “Stop Stressing Me,” revista *Newsweek*, 29 de jan. de 2001, p. 54.
- [5] Programa de incentivo à leitura nos Estados Unidos, entre alunos do terceiro ano do ensino fundamental ao último do ensino médio. Depois de ler, os alunos participam de competições de conhecimento. (N. do T.)
- [6] Citado em “Producing the Producer”, de Sam Kashner, revista *Vanity Fair*, jan. de 2004, p. 105.

[1] Liga de beisebol infantil. (N. do T.)

[2] Massachusetts Institute of Technology, principal centro universitário formador de profissionais de alto nível para o mercado de tecnologia e informática nos Estados Unidos. (N. do T.)

[3] Shaun White é skatista e atleta de *snowboard*, bicampeão olímpico. Shawn Johnson é ginasta, ganhadora de vários títulos e medalhas olímpicas. Ambos os atletas são norte-americanos. (N. do T.)

[1] Sigla da National Football League, a liga de futebol americano. (N. do T.)

[2] Informações sobre as compras das celebridades, citadas em “For Babies Who Have Everything”, de Cesar G. Soriano, Lifestyle, *USA Today*, 12 de jan. de 2004, <www.usatoday.com/life/lifestyle/2004-01-12-baby-shower-gifts_x.htm>.

[3] Referência ao filme *O mágico de Oz* (1939), em que Dorothy, a personagem principal que usa sapatos de rubi, percebe que sua casa é melhor que a terra de Oz, onde se encontra. (N. do T.)

[4] A crítica ao acúmulo de bens não essenciais aparecia em camisetas e adesivos de carro. A frase alude a outro dito comum, que afirma que a diferença entre meninos e homens é o preço de seus brinquedos. (N. do T.)

- [1] O autor cita o termo *homecoming king*, uma tradição dos colégios norte-americanos. Todo ano, um rei e uma rainha são eleitos para representar o colégio nos principais eventos internos e externos, especialmente campeonatos esportivos. (N. do T.)
- [2] Doug Grow, “Special School Crowns a Special King”, jornal *Star Tribune*, 4 de out. de 2003, cad.B1, p. 5.
- [3] Dirigido por Steven Zaillian, Paramount Pictures, 1993.
- [4] John Bowlby, *Separation: Anxiety and Anger*, vol. 2, *Attachment and Loss*, p. 204, cit. em Brenda Hunter, *Home by Choice*, p. 41.
- [5] United Press, 1998.
- [6] Citado em “Routine Builds Family Health”, *USA Today*, 10 de dez. de 2002, D9.

- [1] Em inglês, o termo *parent* significa os pais. (N. do T.)
- [2] “Opie the Birdman”, episódio 101, *The Andy Griffith Show*, Mayberry Enterprises, 1963.
- [3] “Mr. McBeevee”, episódio 64, *The Andy Griffith Show*, Mayberry Enterprises, 1962.

- [1] Extraído de “Just Another Father-Son Story”, de Robert Kurson, *Esquire*, 31 de out. de 2002, p. 160–168, <http://www.esquire.com/features/ESQ1102-NOV_PRODIGY_rev_.?click=main_sr>.
- [2] Lisa Collier Cool, “Back to School 2001: The Overwhelmed Child”, *Good Housekeeping*, ago. de 2001, p. 80.
- [3] James C. Dobson, *The Complete Marriage and Family Home Reference Guide*, pergunta n.o 417.
- [4] Citada na reportagem “Gwyneth in Love”, de Sylvia Krista Smith, revista *Vanity Fair*, 1o de fev. de 2004, p. 151.
- [5] Citada na reportagem “Paltrow Finds a New Peace”, de Donna Freydkin, *Life*, jornal *USA Today*, 14 de out. de 2003, D1–2.
- [6] Idem, D1.
- [7] Idem, D2.
- [8] Nos Estados Unidos, está ganhando força o movimento do *homeschooling*, ou ensino domiciliar, no qual as crianças são ensinadas em casa seguindo o programa escolar. Elas são ligadas à escola e fazem provas e avaliações. No Brasil, a questão é controversa e ainda não foi regulamentada. Grupos defensores avaliam que a obrigatoriedade é de que a criança seja instruída, mas que isso não significa que elas precisem ir à escola. (N. do T.)
- [9] Marilee Jones, “Parents Get Too Aggressive on Admissions”, jornal *USA Today*, 6 de jan. de 2003, A13.
- [10] Idem.
- [11] Referência à nota exigida pelo sistema norte-americano de admissão de jovens às faculdades, o GPA (Grade Point Average, ou média geral das notas): 4.0 é a nota máxima, geralmente fundamental para que um aluno ingresse na Ivy League, a liga das grandes universidades como Harvard, Yale, MIT, entre outras. (N. do T.)
- [12] Jane Gross, “Exposing the Cheat Sheet, with the Students’ Aid”, jornal *New York Times*, 26 de nov. de 2003, A26.

[13] Citada na reportagem acima.

[14] Maior associação de professores dos Estados Unidos. (N. do T.)

[15] L. Lamor Williams, “Getting a Jump on College Ways: Students at Arlington School Gain Discipline to Work on Their Own”, jornal *Star-Telegram*, 24 de abr. de 2004.

[16] John Cloud e Jodie Morse, “Home Sweet School”, revista *Time*, 27 de ago. de 2001, p. 46-54.

- [1] Thane Peterson, “Take a Break, and the Rest Is Easy”, *Bloomberg Businessweek*, 28 de ago. de 2001, <<http://www.businessweek.com/bwdaily/dnflash/aug2001/nf200108>
- [2] Citado na reportagem “Mrs. Hughes Takes Her Leave”, de Ron Suskind, *Esquire*, 30 de jul. de 2002, p. 103, <<http://ronsuskind.com/articles/000005.html>>.
- [3] Idem, p. 100.
- [4] Idem, p. 100-107, 110.
- [5] “Dem Bones”, hino sacro tradicional norte-americano, de domínio público.
- [6] Mary Elizabeth Williams, “The Working Mother’s Survival Guide”, *Parents*, jun. de 2003, p. 60.
- [7] Publicado no Brasil pela Ed. Objetiva (N. do T.).
- [8] Terence P. Jeffrey, “Stand Up If You Would Rather Be Raised by a Daycare Worker”, *Human Events*, 18 de jun. de 2001, p. 12-13.
- [9] National Institute of Child Health and Human Development, Early Child Care Research Network [Rede de pesquisas sobre bebês, do Instituto Nacional de Saúde Infantil e Desenvolvimento Humano], ligado ao departamento do Ministério da Saúde norte-americano dedicado à infância. (N. do T.)
- [10] “Nonmaternal Care and Family Factors in Early Development: An Overview of the NICHD Study of Early Child Care”, da National Institute of Child Health and Human Development, Early Child Care Research Network, *Journal of Applied Developmental Psychology* 22, n.o 5, p. 457-492.
- [11] Citado em “The Daycare Dilemma”, de Anita Sethi, *Baby Talk*, nov. de 2003, p. 17-18.
- [12] Entrevista citada em *Home by Choice*, p. 33.
- [13] Idem, p. 35.
- [14] Idem, p. 36.
- [15] Citado em “Father Nature: The Making of a Modern Dad”, de

Douglas Carlton Abrams, *Psychology Today* (mar./abr. 2002), p. 38.

[16] Pesquisa realizada em 2000, citada em Eve Heyn, “The Daddy Track”, *Parenting*, set.de 2003, p. 152,

<<http://www.parenting.com/article/the-daddy-track?page=0,1>>.

[17] Citado em “Father Nature”, Abrams, p. 38-47.

[18] Idem, p. 44.

[1] *Três Amigos!*, filme de 1986, dirigido por John Landis e estrelado por Steve Martin, Chevy Chase e Martin Short, conta a história de três atores de cinema que são confundidos com heróis de verdade e vão ao México para combater criminosos, pensando se tratar de um filme. (N. do T.)

[2] Citada em “Be a Ready Parent”, de Cindy Schweich Handler, *Redbook*, abr. de 2001, p. 182.

[1] Tipo de acomodação muito comum nos Estados Unidos e na Europa, em que famílias alugam quartos de suas casas e oferecem café da manhã para turistas. (N. do T.)

[2] Referência ao filme *O mágico de Oz*, de 1938. (N. do T.)

[3] P. 108.

- [1] Citado em “Doing Nothing Is Something”, de Anna Quindlen, revista *Newsweek*, 13 de mai. de 2002, p. 76.
- [2] Citado em “Why Babies Need Downtime”, de Katherine Lee, *Parenting*, mar. de 2003, p. 85.
- [3] Citada em “The Overbooked Child: Are We Pushing Our Kids Too Hard?”, de David Elkins, *Psychology Today* (jan./fev. de 2003), p. 64, 66.
- [4] Citado em “8 Secrets of Happy Families”, de Charlotte Latvala, *Parenting*, out. de 2002, p. 105-106.
- [5] Citado em “Late Hours Biggest Barrier to Family Dining”, jornal *USA Today*, 11 de nov. de 2003, A1.
- [6] Estudo realizado em 2000, citado em “Extracurricular Burnout”, de Karen S. Peterson, jornal *USA Today*, 19 de nov. de 2002, D7.
- [7] O autor usa a palavra “cocooning”, que significa tanto formar um casulo como o ato de passar o tempo livre em casa. O termo é associado à tendência crescente de vida e consumo sem sair de casa. (N. do T.)

kevin leman

entre lençóis



uma visão
bem-humorada
da intimidade
sexual no
casamento

Entre lençóis

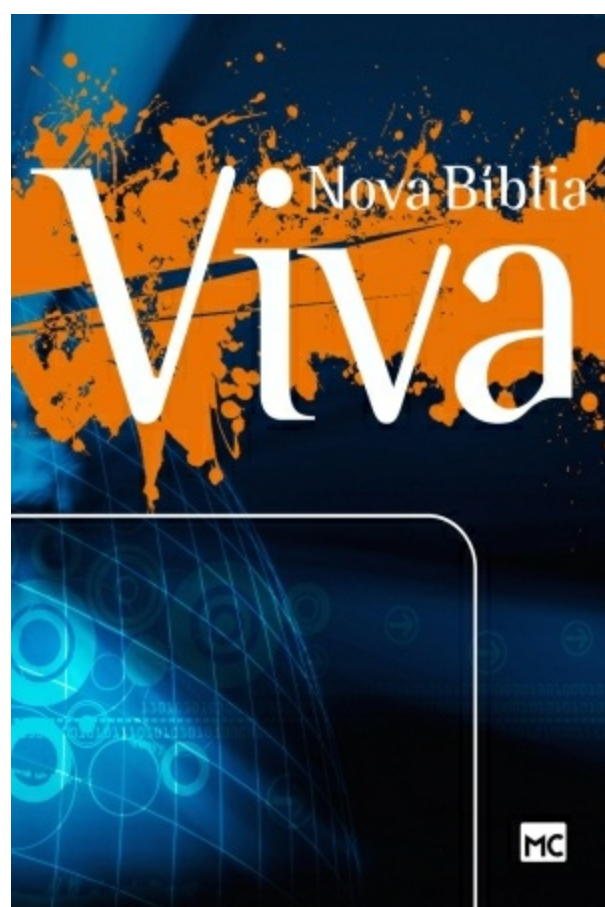
Leman, Kevin 9788573257878

240 páginas [Compre agora e leia](#)

O sexo não é tudo em um casamento, mas não dá para negar que sem ele não há unidade entre o casal. Diversas coisas podem tomar o espaço de uma sexualidade saudável e isso acaba por afastar marido e esposa, minando outras áreas da relação. Você deve saber que o sexo é muito bom, mas isso não significa necessariamente que você está satisfeito(a) nesta área. E é justamente esta realidade que Kevin Leman vai ajudar você e seu cônjuge a transformar!

Com todo seu bom-humor e experiência no aconselhamento de casais, Kevin Leman traz nesta obra uma visão muito aberta e direta sobre a intimidade no casamento. Ele mostra porque vale a pena investir em uma boa vida sexual e aponta como fazer isso acontecer de forma natural, divertida e que satisfaça marido e esposa. É um livro para ser lido pelo casal em conjunto e entre os lençóis. Aproveite!

[Compre agora e leia](#)



Nova Bíblia Viva

Autores diversos 9788573258523

1056 páginas [Compre agora e leia](#)

Lançada em 1981, a Bíblia Viva foi a primeira edição brasileira da Bíblia Sagrada a contar com linguagem simplificada e de fácil compreensão. Ela foi concebida de acordo com os princípios de tradução que serviram de base para a pioneira Living Bible (EUA, 1971). O apelo da Bíblia Viva foi imediato, principalmente entre jovens e pessoas recém-convertidas ao cristianismo que desconheciam os termos eruditos e as construções sintáticas formais das versões bíblicas mais antigas.

Para muitos leitores, abrir a Bíblia Viva passou a ser como respirar, pela primeira vez, o ar puro da compreensão. Duas razões motivaram esta revisão, empreendida em comum acordo entre a Sociedade Bíblica Internacional e a Editora Mundo Cristão. Em primeiro lugar, a língua portuguesa do Brasil é dinâmica, como todos os idiomas modernos, e muda de modo incremental e constante de acordo com os hábitos de uso do público que fala, lê, ouve e escreve. Percebemos que na Bíblia Viva havia elementos de linguagem já ultrapassados. O que era moderno e comunicativo no início dos anos 1980 já não era necessariamente tão expressivo. Havia a necessidade de trazer a

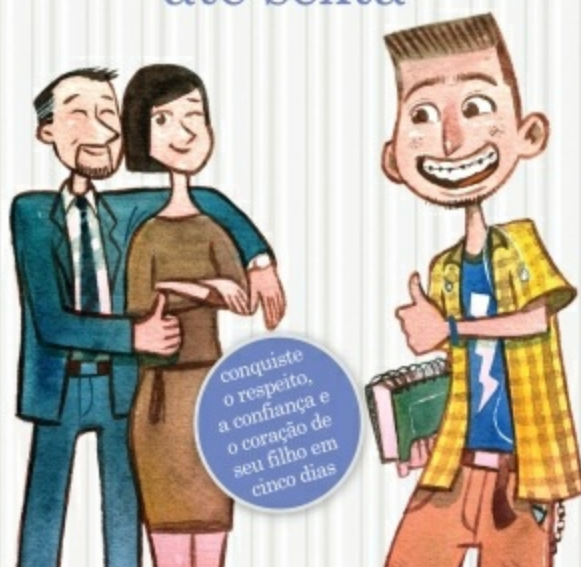
Bíblia efetivamente para o século 21. Em segundo lugar, determinamos a necessidade de trazer algumas opções semânticas e sintáticas da primeira edição a um alinhamento maior com as línguas originais das Escrituras. Como resultado, a Nova Bíblia Viva é tão simples e fácil de entender como sempre, e agora está ainda mais fiel aos originais redigidos em hebraico, aramaico e grego. Houve outras alterações. Na primeira edição, a indicação de versículos seguia a lógica da unidade de pensamento. Em vez de indicar versículos individuais, era feita a sinalização de blocos de versículos (ex.: 1-4, 12-15). Na Nova Bíblia Viva, a divisão em parágrafos adequados foi mantida, mas foram inseridos os números de versículos de acordo

com a divisão tradicional.

[Compre agora e leia](#)

kevin leman

transforme seu adolescente até sexta



Transforme seu adolescente até sexta

Leman, Kevin 9788573258271

245 páginas [Compre agora e leia](#)

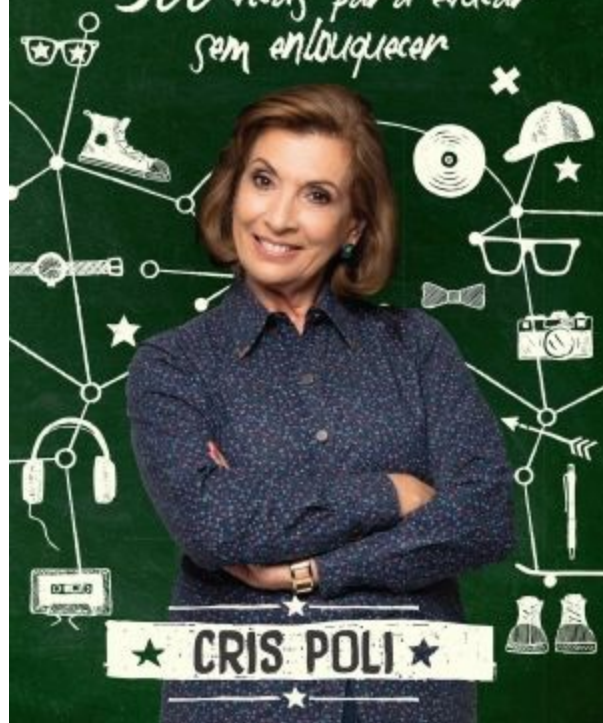
Anos de amor, carinho e atenção. Tempo e esforço dedicados a educar, formar caráter e ensinar boas maneiras. Os filhos pequenos são verdadeiros anjos em nossas vidas. De repente, os anjinhos entram em ebulição de hormônios, e todos os anos de educação e amor parecem ter sido em vão. Mas tudo pode voltar aos bons tempos em apenas uma semana. A adolescência é a fase mais difícil na vida de todo mundo, mas "esse tempo vai

desaparecer mais rápido que areia numa ampulheta, então por que não tirar vantagem dele?" é a proposta do dr. Kevin Leman nesta obra. Viva a adolescência de seus filhos sabendo exatamente como agir e, em uma semana, todos em sua casa estarão lidando sem dor ou estresse com esta fase tão importante da vida.

[Compre agora e leia](#)

S.O.S. DOS PAIS

*500 dicas para educar
sem enlouquecer*



S.O.S dos pais

Poli, Cris 9788543300450

163 páginas [Compre agora e leia](#)

Cris Poli dá uma importante contribuição para que os pais ou responsáveis adquiram ferramentas para a complexa e árdua missão de educar os filhos.

- Augusto Cury

Pais e mães sofrem por não saber como agir em diversas situações que envolvem os filhos. Seja pela inexperiência dos primeiros anos de paternidade, seja pelo estresse da rotina

diária, o fato é que episódios aparentemente simples podem se transformar numa grande dor de cabeça. ""S.O.S. dos pais - 500 dicas para educar sem enlouquecer foi escrito por Cris Poli, para ajudar pais e mães a resolver questões que surgem com a chegada dos filhos ou aquelas situações estressantes do dia a dia da família, como disciplina, relacionamento, educação, saúde, alimentação, sexualidade e tecnologia. Faça dele seu livro de cabeceira e você poderá evitar muitos problemas.

Como todo S.O.S., o objetivo deste livro é oferecer socorro imediato, para que, se necessário, você tenha tempo de buscar, sem angústia e com paz no coração,

esclarecimentos mais completos.

As questões abordadas poderão ajudar você a compreender melhor ou a minimizar situações de conflito do dia a dia provocadas por comportamentos ou hábitos não saudáveis adquiridos por seus filhos. O formato de pergunta e resposta foi escolhido justamente para que você encontrasse rapidamente o socorro de que precisa, no momento exato.

Cris Poli é especialista em educação e comportamento infantil. Ministra palestras e é autora de diversos livros, dentre eles "Pais responsáveis educam juntos" e ""Pais admiráveis educam pelo exemplo, ambos publicados pela Editora Mundo Cristão.

Compre agora e leia

kevin leman

novο casamento... novos filhos

o desafio
de unir a
família



Novo casamento... Novos filhos

Leman, Kevin 9788543300320

62 páginas [Compre agora e leia](#)

O primeiro casamento ficou muito abaixo de suas expectativas e você, mais do que ninguém, quer que agora dê certo. Poderá dar (e esperamos que dê), mas para isso você precisa reconstituir sua família.

Admita: pensar sobre a integração de seus novos filhos sob o mesmo teto já o faz perder o sono. E os desafios não param aí. Você precisa juntar os cacos emocionais e lidar com questões difíceis, como as relacionadas

com a disciplina, a ira e a incompreensão, além dos sentimentos de perda e traição.

Nessas horas, nada como ter ao lado um experiente conselheiro que já auxiliou milhares de homens e mulheres a enfrentarem desafios semelhantes ao seu. E, sabendo que você não tem muito tempo, Kevin Leman separou o que é essencial para quem, como você, está em busca de uma nova e bem-sucedida experiência familiar.

[Compre agora e leia](#)